[FAUT PAS CROIRE TOUT CE QU'ON RACONTE !]

DOSSIER PÉDAGOGIQUE

TABLE DES MATIÈRES

PRÉSENTATION DE LA CAMPAGNE 5

QUI SOMMES-NOUS ? 6

1. LES HOMMES ONT DES BESOINS SEXUELS À SATISFAIRE 7
2. LES FEMMES N'ARRIVENT PAS À FAIRE L'AMOUR SANS SENTIMENTS AMOUREUX 9
3. LES HOMMES PENSENT TOUT LE TEMPS AU SEXE 13
4. LES HOMMES ONT TOUJOURS ENVIE ET SONT TOUJOURS PRÊTS À FAIRE L'AMOUR 15
5. LES PRÉLIMINAIRES, C'EST UNE PERTE DE TEMPS POUR LES MECS 17
6. UNE FEMME QUI AIME LE SEXE EST UNE SALOPE 19
7. UNE FILLE QUI MONTRE QUE QUELQU'UN LUI PLAÎT CHERCHE À AVOIR UN RAPPORT SEXUEL 21
8. UNE FEMME QUI ACCUMULE LES COUPS D'UN SOIR EST UNE NYMPHO 23
9. LES MECS PARLENT PLUS DE SEXE ENTRE EUX QUE LES FILLES 25
10. POUR ÊTRE BON AU LIT, IL FAUT AVOIR DE L'EXPÉRIENCE 27
11. SI UNE FEMME NE COUCHE PAS, ELLE SE FERA LARGUER OU TROMPER 29
12. LES GARÇONS N'ONT PAS BESOIN D'ÊTRE PRÊTS POUR PERDRE LEUR VIRGINITÉ 31
13. ON NE PERD VRAIMENT SA VIRGINITÉ QUE LORS D'UN RAPPORT HÉTÉROSEXUEL 33
14. ENTRE FEMMES, CE N'EST PAS VRAIMENT FAIRE L'AMOUR 35
15. LES HOMMES SONT TOUS INFIDÈLES 37
16. LES HOMOS SONT PLUS INFIDÈLES QUE LES HÉTÉROS 39
17. LES HOMOS SONT PLUS LIBÉRÉS SEXUELLEMENT QUE LES HÉTÉROS 41
18. ACTE SEXUEL = PÉNÉTRATION 43
19. NIVEAU SEXE, C'EST L'HOMME QUI DÉCIDE 45
20. DANS UNE RELATION SEXUELLE, UNE FEMME A BESOIN DE TENDRESSE 47
21. DANS LES RAPPORTS HOMOSEXUELS, L'UN-E « FAIT » LA FILLE, L'AUTRE LE MEC 49
22. SEULES LES FILLES SIMULENT 51
23. RAPPORT SEXUEL RÉUSSI = ORGASME MUTUEL 53
24. UN VRAI ORGASME EST PROVOQUÉ PAR LA PÉNÉTRATION VAGINALE 55
25. UNE FILLE EN MINI-JUPE A ENVIE D'AVOIR UN RAPPORT SEXUEL 57
26. QUAND UNE FEMME DIT « NON », ELLE VEUT EN RÉALITÉ DIRE « OUI » 59
27. LES FILLES NE SE MASTURBENT PAS 61
28. SEULS LES HOMMES REGARDENT DU PORNO 63

29. SI TU NE MOUILLES PAS OU QUE TU NE BANDES PAS, C'EST QUE TU N'AS PAS ENVIE 65

30. LES FEMMES DEVIENNENT LESBIENNES PARCE QU'ELLES NE PLAISENT PAS AUX HOMMES 67

31. LA TAILLE DU PÉNIS, C'EST SUPER IMPORTANT 69

32. LA CAPOTE, C'EST LA RESPONSABILITÉ DES MECS, LA PILULE CELLE DES FILLES 73

BIBLIOGRAPHIE 75

1. Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire (Pages) 75
2. Les femmes n'arrivent pas à faire l'amour sans sentiments amoureux (Pages) 75
3. Les hommes pensent tout le temps au sexe (Pages) 76
4. Les hommes ont toujours envie et sont toujours prêts à faire l'amour (Pages) 76
5. Les préliminaires, c'est une perte de temps pour les mecs (Pages) 76
6. Une femme qui aime le sexe est une salope (Pages) 77
7. Une fille qui montre que quelqu'un lui plait cherche à avoir un rapport sexuel (Pages) 77
8. Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire (Pages) 78
9. Une femme qui accumule les coups d'un soir est une nympho (Pages) 78
10. Pour être bon au lit, il faut avoir de l'expérience (Pages) 79
11. Si une femme ne couche pas, elle se fera larguer ou tromper (Pages) 79
12. Les garçons n'ont pas besoin d'être prêts pour perdre leur virginité (Pages) 80
13. On ne perd vraiment sa virginité que lors d'un rapport hétérosexuel (Pages) 80
14. Entre femmes, ce n'est pas vraiment faire l'amour (Pages) 81
15. Les hommes sont tous infidèles (Pages) 81
16. Les homos sont plus infidèles que les hétéros (Pages) 82
17. Les homos sont plus libérés que les hétéros (Pages) 82
18. Acte sexuel = pénétration (Pages) 83
19. Niveau sexe, c'est l'homme qui décide (Pages) 83
20. Dans une relation sexuelle, une femme a besoin de tendresse (Pages) 84
21. Dans les rapports homosexuels, l'un-e « fait » la fille, l'autre le mec (Pages) 84
22. Seules les filles simulent (Pages) 85
23. Rapport sexuel réussi = orgasme mutuel (Pages) 85
24. Un vrai orgasme est provoqué par la pénétration vaginale (Pages) 86
25. Une fille en mini-jupe a envie d'avoir un rapport sexuel (Pages) 86
26. Quand une femme dit « non », elle veut en réalité dire « oui » (Pages) 87
27. Les filles ne se masturbent pas (Pages) 87

28. Seuls les hommes regardent du porno (Pages).....88
29. Si tu ne mouilles pas ou que tu ne bandes pas, c'est que tu n'as pas envie (Pages).....88
30. Les femmes deviennent lesbiennes parce qu'elles ne plaisent pas aux hommes (Pages).....89
31. La taille du pénis, c'est super important (Pages).....89
32. La capote, c'est la responsabilité des mecs, la pilule celle des filles (Pages).....90

PRÉSENTATION DE LA CAMPAGNE

Quels que soient notre âge, notre sexe, notre orientation sexuelle, nous sommes tou-te-s confronté-e-s un jour ou l'autre à des idées reçues en matière de sexualité qui conditionnent nos manières de penser et de vivre.

La Fédération des Centres de Planning Familial des FPS (FCPF-FPS) a donc voulu mettre en lumière 32 stéréotypes pour les déconstruire au travers d'un outil interactif en ligne. Tout le monde ne se sentira pas concerné par tous ces stéréotypes mais chacun-e en a sûrement déjà entendu certains.

Entre femmes, ce n'est pas vraiment faire l'amour

Pour être Bon au lit, il faut avoir De l'expérience

www.memepasvrai.be déconstruit brièvement ces idées reçues de manière interactive. Cet outil est complété par un dossier pédagogique qui permet d'aller plus loin dans un travail de déconstruction, au travers d'explications plus détaillées ainsi que de nombreuses références bibliographiques.

Il est important que chacun-e se sente libre de vivre sa sexualité comme il/elle le souhaite et non comme la société le lui impose. **Même pas vrai** a pour objectif de permettre à tou-te-s de prendre conscience des clichés qui subsistent en cette matière. Au travers de ce projet, la FCPF-FPS souhaite promouvoir la santé sexuelle en tant que droit humain ainsi que l'épanouissement sexuel dénué de toute contrainte sociale liée au genre.

Il est donc également important de sensibiliser les citoyen-ne-s au rôle qu'ils/elles ont à jouer dans leur santé sexuelle et reproductive et de conscientiser tout un chacun au fait que sa sexualité lui appartient. Tout le monde a ses propres envies et désirs, qui sont liés à sa personnalité et pas à son genre !

QUI SOMMES-NOUS ?

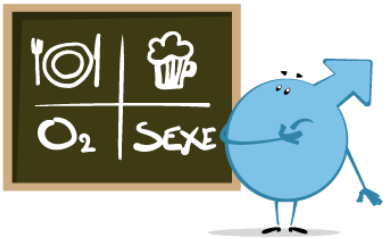
La Fédération des Centres de Planning familial des FPS (FCPF-FPS) a été fondée en 1984 par les Femmes Prévoyantes Socialistes afin de créer un contrepouvoir et une représentation spécifique et laïque dans le domaine de la contraception, de la parenté responsable, de l'interruption volontaire de grossesse et des relations affectives et sexuelles égalitaires.

La Fédération a pour objet la coordination et la promotion de l'action de ses 17 centres de planning familial, dont 8 pratiquent l'IVG, et de diverses autres structures de proximité, situés à Bruxelles et en Wallonie.

La Fédération représente ses centres de planning familial auprès des pouvoirs publics. Elle prend toute initiative en vue de promouvoir leur action et organise la formation permanente ou occasionnelle de leurs membres, en leur fournissant et en centralisant l'information. La FCPF-FPS réalise également diverses actions et publications : campagnes, enquêtes, brochures, évènements, portes ouvertes, etc.

Enfin, la FCPF-FPS est reconnue par le décret du 17 juillet 2003 relatif au soutien de l'action associative dans le champ de l'Éducation permanente.

1. LES HOMMES ONT DES BESOINS SEXUELS À SATISFAIRE



On n'a pas ***besoin*** de sexe comme on a besoin de respirer. Il faut plutôt parler de ***désirs*** sexuels et les hommes comme les femmes peuvent en avoir ! Cela ne veut pas dire que TOUS les hommes en ont envie tout le temps, et encore moins que les femmes ne veulent jamais faire l'amour !

Le rapport à la sexualité n'est pas à mettre en lien avec les besoins naturels de la personne. Il correspond davantage au désir. Le désir sexuel d'une personne, quel que soit son sexe, dépend de son humeur, de ses sentiments, de son partenaire, des éventuels soucis rencontrés ainsi que des périodes de la vie.

Dans nos sociétés, les représentations de la sexualité restent marquées par l'idée que la sexualité masculine, en particulier, est liée aux besoins naturels[1] et au plaisir. Pourtant, les hommes ne sont pas des bêtes en rut[2] ! Le désir sexuel des hommes et des femmes n'est pas à différencier. En effet, il est habituel d'associer la sexualité féminine à l'affectivité[3] et à la conjugalité[4].

Contrairement à ce que certain-e-s pensent, une femme n'a pas forcément moins envie de faire l'amour qu'un homme. Une étude française[5] montre que 51% des femmes interrogées déclarent faire l'amour en moyenne une fois par semaine et que 47% souhaitent avoir des relations sexuelles de manière plus fréquente. Les raisons pour lesquelles cette fréquence n'augmente pas ne sont pas précisées mais cela est probablement lié à divers facteurs, tels que la fatigue, le stress, des problèmes professionnels/familiaux ou encore des problèmes hormonaux liés à des traitements médicamenteux, etc.[6]

Cette perception du manque de désir sexuel chez les femmes peut être expliquée par le fait que les femmes expriment probablement moins leur désir que les hommes, ou bien

---

[1] Voir stéréotypes n°4 : « Les hommes ont toujours envie et sont toujours prêts à faire l'amour », pp. 15-16.
[2] Voir stéréotype n°3 : « les hommes pensent tout le temps au sexe », pp. 13-14.
[3] Voir stéréotype n°2: « Les femmes n'arrivent pas à faire l'amour sans sentiments amoureux », pp. 9-11.
[4] BLANC C., « Les hommes ont plus besoin de faire l'amour que les femmes », sur *Psychologies (en ligne)*, 2007, URL : http://www.psychologies.com/Couple/Sexualite/Idees-recues/Articles-et-dossiers/Les-hommes-ont-plus-besoin-de-faire-l-amour-que-les-femmes.
[5] IPSOS, *Sexualité : de quoi les femmes ont-elles vraiment envie ?*, 2014, p. 15, URL : http://medias.psychologies.com/habillage/sondage/Rapport-Sexualites-Francaises-Mars-2014.pdf.
[6] LE QUELLEC E., « Sexo : 10 idées reçues sur les femmes », sur *Au Féminin (en ligne)*, 2008, URL : http://www.aufeminin.com/faire-l-amour/sexo-10-idees-recues-sur-les-femmes-s643751.html.

n'osent pas le faire. En effet, malgré l'évolution des mentalités, la sexualité reste encore un sujet tabou à notre époque. Et tout particulièrement la sexualité féminine !

Terminons en précisant que, malgré ce que la norme sociétale laisse à penser, il n'existe pas un nombre déterminé de relations sexuelles à atteindre en une semaine pour avoir une vie sexuelle épanouie. Même si certaines personnes ont tendance à quantifier leurs rapports sexuels et à accorder une importance à cela, il ne faut pas oublier que l'essentiel est la qualité de la relation sexuelle et non sa fréquence ou sa durée[7] !

PISTES DE DISCUSSION

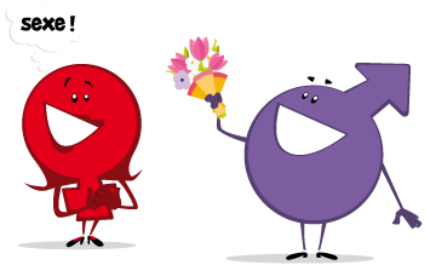
- La sexualité est un désir et non un besoin
- Tant les hommes que les femmes ont des désirs sexuels
- Ce n'est pas la quantité mais bien la qualité des rapports sexuels qui compte

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 2. Les femmes n'arrivent pas à faire l'amour sans sentiments amoureux
- 3. Les hommes pensent tout le temps au sexe
- 4. Les hommes ont toujours envie et sont toujours prêts à faire l'amour

[7] DEFRENNES M., « Pourquoi les hommes ont-ils plus besoin de sexe que les femmes ? », sur *Terra Femina (en ligne)*, 2010, URL : http://www.terrafemina.com/vie-privee/sexo/articles/25164-pourquoi-les-hommes-ont-plus-besoin-de-sexe-que-les-femmes-.html.

2. LES FEMMES N'ARRIVENT PAS À FAIRE L'AMOUR SANS SENTIMENTS AMOUREUX



Le phénomène des sex friends (ou fuck friends) existe autant chez les femmes que chez les hommes ! Rien n'empêche d'avoir des relations sexuelles sans être amoureux. Ce n'est pas pour autant que d'autres sentiments ne sont pas présents lors de ces rapports sexuels (affection, tendresse, etc.).

Cette idée reçue est liée à un contexte plus large qui considère que la sexualité des hommes est liée à des besoins[8] et à la recherche du plaisir, tandis que celle des femmes est liée à l'affectivité[9] et à la conjugalité. On entend parfois que les hommes sont « par nature » faits pour être célibataires, contrairement aux femmes qui ont « besoin » d'être en couple. C'est évidemment faux : certains hommes recherchent l'engagement tandis que certaines femmes le fuient. Une autre raison évoquée régulièrement est que la sexualité des hommes est plus « mécanique » que celle des femmes. Celles-ci auraient donc plus de mal à déconnecter leur intellect de leur corps et donc de leurs sentiments. De là à dire qu'il existe un lien nécessaire entre sentiments et désir…

Quand on parle de relations sexuelles sans sentiments, il faut distinguer les aventures sans lendemain (les coups d'un soir) et les relations plus régulières, comme les sex friends (ou fuck friends). Ce type de relations a été popularisé par la série *Sex and the City*. Pendant longtemps, on considérait que seuls les hommes étaient intéressés par des coups d'un soir et abandonnaient au petit matin une femme désespérée, si pas déjà amoureuse. Il s'agit là aussi d'une généralisation sans fondement. Les femmes peuvent également désirer une aventure sans lendemain ou entretenir des relations sans engagement[10]. Cela avec ou sans sentiments amoureux.

Ce type de relation peut attirer toutes les générations et non uniquement les jeunes, comme on a tendance à le penser. Entre les personnes trop débordées professionnellement pour trouver l'amour et celles qui ne cherchent pas à s'engager (parce qu'elles ont peur, parce qu'elles ont souffert dans le passé ou parce qu'elles n'en ont pas envie), ces relations sont de plus en plus courantes.

---

[8] Voir stéréotype n°1 : « Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire », pp. 7-8.
[9] Voir stéréotype n°20 : « Dans une relation sexuelle, une femme a besoin de tendresse », pp. 47-48.
[10] Voir stéréotype n°8 : « Une femme qui accumule les coups d'un soir est une nympho », pp. 23-24.

Selon une enquête réalisée en France en 2012, 56% des femmes interrogées (entre 15 et 80 ans, avec un âge moyen de 35 ans) pensent que sexe et sentiments ne sont pas forcément liés[11]. Mais s'il est donc faux de penser que seuls les hommes peuvent envisager ce genre de relations, il faut toutefois être conscients qu'ils sont plus nombreux à le faire que les femmes. En effet, une étude antérieure[12] montre un écart frappant entre hommes et femmes : toutes générations confondues, les hommes sont près de deux fois plus nombreux à considérer qu'on peut avoir des rapports sexuels avec quelqu'un sans l'aimer. Au fil des générations, les hommes séparent de plus en plus la sexualité de l'affectif, alors que le nombre reste relativement stable chez les femmes, quel que soit leur âge. C'est donc chez les 18-24 ans que la différence est la plus forte : 57% des hommes interrogés répondent oui à la question « Peut-on avoir des rapports sexuels avec quelqu'un sans l'aimer ? » contre 28% des femmes.

Les résultats de deux enquêtes spécifiques à la sexualité des jeunes vont dans ce sens. 84% des jeunes de 16 ans, actifs sexuellement ou non, sont d'accord avec l'affirmation « C'est important d'aimer quand on a une relation sexuelle ». Il faut là aussi noter une différence entre les sexes : 94% des filles sont d'accord, contre 76% des garçons. Notons qu'on parle ici de quelque chose « d'important » et pas « d'indispensable » [13]. Enfin, plus de la moitié des jeunes sexuellement actifs interrogés ont déjà eu des relations sexuelles avec un partenaire sans éprouver de sentiments à son égard. Mais là aussi il faut constater une différence entre les sexes : 2/3 des garçons ont expérimenté ce type de relation sexuelle, contre moins de 40% des filles[14].

En conclusion, c'est faux de penser que les femmes sont incapables d'avoir des relations sexuelles avec quelqu'un pour qui elles n'éprouvent pas de sentiments. Mais les chiffres montrent que les hommes sont plus enclins à expérimenter ce type de relation ou semblent y voir moins d'inconvénients. Cela n'a pourtant rien à voir avec le fait qu'ils soient des hommes, mais bien avec la vision que la société impose de la sexualité. Il est nécessaire de se détacher des idées reçues qui imposent aux femmes une sexualité moins libre que celle des hommes.

Rappelons enfin que l'important dans ce type de relation (comme dans toutes, d'ailleurs) est que les partenaires soient sur la même longueur d'ondes. Il peut arriver que des sentiments apparaissent par la suite, ce qui peut s'avérer blessant si ce n'est le cas que d'un des deux partenaires. Mais il ne faut pas pour autant penser que c'est systématiquement la femme qui tombera amoureuse !

---

[11] M. GAZSI, « Sexualité : ce que désirent les femmes », dans *Le Monde (en ligne)*, 14 avril 2012, URL : http://www.lemonde.fr/vous/article/2012/04/14/sexualite-ce-que-desirent-les-femmes_1685614_3238.html.

[12] INSERM, ANRS et INED, *Dossier de presse. Premiers résultats de l'enquête CSF « Contexte de la sexualité en France »*, 2007, pp. 23-24, URL : http://stop-violences-femmes.gouv.fr/IMG/pdf/Enquete_CSF_-_1er_resultats.pdf.

[13] OBSERVATOIRE DE LA SANTÉ – PROVINCE DU HAINAUT, *Regard sur la santé des jeunes. La sexualité des jeunes en Hainaut*, Santé en Hainaut n° 9, 2014, p. 16, URL : http://www.hainaut.be/sante/osh/medias_user/Sante_en_Hainaut_9_RSJ-2014.pdf.

[14] UNION NATIONALE DES MUTUALITÉS SOCIALISTES, *Enquête sexualité – Jeunes : Amour, Sexe et Respect*, 2009, pp. 35-36, URL : http://www.solidaris.be/Lists/PubDocs/Etude-Amours-sexe-respect.pdf.

PISTES DE DISCUSSION

- La sexualité masculine est perçue comme liée à des besoins et à la recherche du plaisir tandis que la sexualité féminine est liée à l'affectivité et à la conjugalité
- La sexualité des hommes est plus mécanique que celle des femmes
- Ce type de relation peut concerner toutes les générations
- Selon diverses enquêtes, les hommes considèrent plus cela possible que les femmes
- L'important est que les partenaires soient d'accord entre eux

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 1. Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire
- 8. Une femme qui accumule les coups d'un soir est une nympho
- 20. Dans une relation sexuelle, une femme a besoin de tendresse

3. LES HOMMES PENSENT TOUT LE TEMPS AU SEXE

Contrairement à ce qu'on entend souvent, les hommes ne penseraient pas au sexe toutes les 7 secondes mais plutôt toutes les 28 minutes[15], ce qui est loin d'être « tout le temps » ! Les femmes, elles, y penseraient toutes les 51 minutes. Ce ne sont que des moyennes, donc si vous ne vous retrouvez pas dans ces statistiques, pas de panique !

Il paraît que les hommes pensent au sexe toutes les 7 secondes, c'est-à-dire 8.000 fois par jour dans une journée d'éveil de 16 heures[16]. Avancer que les hommes pensent au sexe presque constamment et, qui plus est, beaucoup plus souvent que les femmes, est un stéréotype persistant dans notre société.

Selon une étude réalisée en 2012 par des chercheurs de l'Ohio State University et menée auprès de 283 étudiant-e-s âgé-e-s de 18 à 25 ans, les hommes auraient 18 pensées relatives au sexe par jour contre 10 pour les femmes. Autrement dit, les hommes penseraient au sexe toutes les 28 minutes et les femmes toutes les 51 minutes. Ce qui est loin d'être tout le temps ! Cette même étude montre également que les hommes pensent plus à leurs besoins biologiques, comme manger et dormir, que les femmes. Les hommes ont 18 pensées relatives à l'alimentation par jour et 11 pensées liées au sommeil, contre respectivement 15 et 8,5 pensées par jour pour les femmes[17]. Selon Terri Fischer, une psychologue de l'université de l'Ohio « les hommes ont plus de pensées concernant toutes les questions liées à la santé, pas seulement le sexe[18] ». De plus, les femmes qui ont participé à cette recherche ont eu au moins une pensée relative au sexe par jour, ce qui montre que les femmes pensent aussi au sexe[19].

Notons également que véhiculer l'idée que les hommes pensent au sexe toutes les 7 secondes peut engendrer, d'une part, un malaise chez ceux qui n'y pensent pas autant, et d'autre part, un sentiment de mal-être chez les femmes qui pensent au sexe de manière

---

[15] OHIO STATE UNIVERSITY, *Study debunks stereotype that men think about sex all day long*, 2011, URL : http://www.eurekalert.org/pub_releases/2011-11/osu-sds112811.php.
[16] « Non les hommes ne pensent pas au sexe toute la journée », sur *Bodyscience.fr*, URL : http://www.bodyscience.fr/?Non-les-hommes-ne-pensent-pas-au#nb1.
[17] *Ibid.*
[18] OHIO STATE UNIVERSITY, *Study debunks stereotype that men think about sex all day long, op. cit.*
[19] « Non les hommes ne pensent pas au sexe toute la journée », *op. cit.*

significative. Chacun-e, homme comme femme, est libre de penser au sexe ou à d'autres sujets autant de fois qu'il/elle le désire. Selon Sylvain Mimoun, gynécologue, « les comportements sexuels dépendront de l'individu lui-même, de son parcours, de sa personnalité, du moment, des partenaires...[20] » et non de son genre !

Pour finir, il est important de souligner que la sexualité n'est pas une question de ***besoin*** mais de ***désir***[21].

PISTES DE DISCUSSION

- Les hommes ne pensent pas au sexe toutes les 7 secondes
- Selon une étude réalisée par des chercheurs de l'Ohio, les hommes pensent plus souvent que les femmes à leurs besoins biologiques, comme manger et dormir
- Chacun-e, homme comme femme est libre de penser au sexe sans être jugé-e
- La sexualité est une question de désir et non de besoin

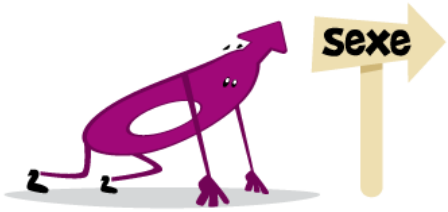
LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 1. Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire
- 4. Les hommes ont toujours envie et sont toujours prêts à faire l'amour

[20] MIMOUN S., « « L'antiguide de sexualité » : non à la performance et aux clichés », dans *Le Nouvel Obs (en ligne)*, 2012, URL : http://leplus.nouvelobs.com/contribution/511698-l-antiguide-de-sexualite-non-a-la-performance-et-aux-cliches.html.

[21] Voir stéréotype n° 1 : « Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire », pp. 7-8.

4. LES HOMMES ONT TOUJOURS ENVIE ET SONT TOUJOURS PRÊTS À FAIRE L'AMOUR



On entend souvent que les femmes utilisent des excuses quand le désir n'est pas au rendez-vous. 62% des hommes avouent refuser de faire l'amour plus souvent que leurs partenaires féminines[22]. Fatigue, stress du travail, migraine, peur de la panne ou juste pas envie : les hommes comme les femmes peuvent ne pas avoir la tête à ça.

Le cliché veut que ce soit la femme qui refuse régulièrement des rapports sexuels, vu que ses besoins sexuels seraient moins nombreux que ceux des hommes[23]. Les hommes étant des « bêtes en rut », idéalement forts et toujours en forme, ils seraient donc bien évidemment toujours prêts à faire l'amour et en auraient perpétuellement envie (vu que de toute façon ils y pensent sans cesse[24]).

Une enquête anglaise[25] a pourtant démontré que les hommes refusent régulièrement des rapports initiés par leur partenaire. Les « sexcuses » les plus courantes utilisées par les hommes sont : la fatigue (45%), le stress du travail (39%), les maux de tête (33%), le fait d'avoir trop mangé (29%) ou encore un programme intéressant à la télévision (24%).

Mais les motifs évoqués ne sont pas nécessairement la véritable raison du refus de faire l'amour. La société imposant un véritable culte de la performance, les hommes peuvent craindre que des éléments les empêchent d'arriver à jouir et de faire jouir leur partenaire[26]. Chez les hommes, la « performance » sexuelle est particulièrement liée à l'ego[27] : s'ils connaissent une baisse de confiance en eux dans l'un ou l'autre domaine de leur vie, cela peut avoir une conséquence sur leur vie sexuelle[28].

---

[22] VIÉ V., « Les hommes trouveraient plus d'excuses que les femmes pour éviter les rapports sexuels », sur *Gent Side*, 2013, URL : http://www.gentside.com/insolite/les-hommes-trouveraient-plus-d-039-excuses-que-les-femmes-pour-eviter-les-rapports-sexuels_art48783.html.
[23] Voir stéréotype n°1 : « Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire », pp. 7-8.
[24] Voir stéréotype n°3 : « Les hommes pensent tout le temps au sexe », pp. 13-14.
[25] VIÉ V., « Les hommes trouveraient plus d'excuses que les femmes pour éviter les rapports sexuels », sur *Gent Side*, 2013, URL : http://www.gentside.com/insolite/les-hommes-trouveraient-plus-d-039-excuses-que-les-femmes-pour-eviter-les-rapports-sexuels_art48783.html.
[26] Voir stéréotype n°23 : « Rapport sexuel réussi = orgasme mutuel », pp. 53-54.
[27] Cela est également le cas chez les femmes.
[28] CURRIE D., « Au secours, mon mari ne veut pas faire l'amour ! », dans *Pouvoir de changer*, URL : http://pouvoirdechanger.com/decouvrir/amour-sexualite/husbandnosex/.

Le sexologue Sylvain Mimoun souligne que certains hommes confondent pertes de désir et troubles de l'érection : « Quand l'un d'eux me disait qu'il n'avait plus de désir, en investiguant un peu, je me rendais compte qu'il avait surtout peur que son érection ne tienne pas[29] ». Ce qu'on appelle la « peur de la panne » peut parfois être si forte chez un homme qu'elle a des répercussions sur sa libido et sur sa vie sexuelle. Il faut aussi rappeler que la baisse de libido peut être liée à la prise de certains médicaments, comme les anti-dépresseurs et les anxiolytiques par exemple.

Chacun-e, homme comme femme, peut être confronté à un moment ou à un autre de sa vie à des baisses de libido, passagères ou de plus longue durée. Il est important d'être à l'écoute de ses envies (ou de l'absence d'envies) et de celles de son/sa partenaire, d'y être attenti-f/ve et de les respecter.

Si c'est au niveau physique que les choses coincent mais que l'envie est bien présente, il existe de nombreuses façons de se donner du plaisir sexuel mutuel même lorsqu'on est fatigué ou qu'un trouble de l'érection survient. Si par contre il s'agit d'un réel manque d'envie, il est primordial de le respecter, car se forcer à avoir des rapports sexuels contre son gré n'est jamais une bonne solution, ni pour soi, ni pour son/sa partenaire[30]...

PISTES DE DISCUSSION

- Cliché de la femme qui refuse régulièrement des relations sexuelles
- Une enquête anglaise a recensé les « sexcuses » les plus utilisées par les hommes
- Le culte de la performance et la peur de la panne
- Certains hommes confondent perte du désir et troubles de l'érection
- Chacun-e, homme comme femme, peut être confronté à des baisses de libido

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 1. Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire
- 3. Les hommes pensent tout le temps au sexe
- 19. Niveau sexe, c'est l'homme qui décide
- 23. Rapport sexuel réussi = orgasme mutuel
- 29. Si tu ne bandes pas ou que tu ne mouilles pas, c'est que tu n'as pas envie

[29] COSTA-PRADES B., « Ces hommes qui n'ont plus envie de sexe », dans *Psychologies en ligne*, 2015, URL : http://www.psychologies.com/Couple/Problemes-sexuels/Libido/Articles-et-Dossiers/Ces-hommes-qui-n-ont-plus-envie-de-sexe.

[30] Voir stéréotype n°11 : « Si une femme ne couche pas, elle se fera larguer ou tromper », pp. 29-30.

5. LES PRÉLIMINAIRES, C'EST UNE PERTE DE TEMPS POUR LES MECS

Les caresses et les baisers échangés, la découverte du corps de l'autre et de son propre corps sont sources de plaisir. Toutes les parties du corps peuvent être érogènes, c'est-à-dire des zones agréablement sensibles. Et pas que pour les filles, pour les mecs aussi !

Contrairement à l'idée reçue consistant à dire que la phase des préliminaires constitue une perte de temps pour les hommes, la majorité d'entre eux y accorde de l'importance durant le rapport sexuel. En effet, selon une étude française, 91% des hommes disent privilégier les préliminaires dans la relation sexuelle[31]. Cette même étude montre aussi qu'ils sont particulièrement attentifs au plaisir de leur partenaire. Pour 62% d'entre eux, le plus important est de donner le maximum de plaisir à leur partenaire.

Mais qu'entend-ton par « préliminaires » ? Baisers, caresses, découverte de son propre corps et du corps de l'autre, les préliminaires font partie intégrante de l'acte sexuel. Par définition, les préliminaires consistent en la stimulation des zones érogènes c'est-à-dire des zones riches en terminaisons nerveuses. Chez les femmes comme chez les hommes, les principales zones érogènes sont les parties génitales mais d'autres endroits du corps peuvent aussi être sensibles, comme les fesses ou le dos.

Notons aussi que dans l'esprit de certaines personnes les préliminaires se limitent au cunnilingus et à la fellation. Cependant, des mots, des regards peuvent aussi faire monter l'excitation. Les préliminaires se déroulent d'ailleurs souvent en deux étapes : d'abord des regards, des paroles, des gestes doux et explicites, ensuite, la stimulation physique afin de faire monter le désir. Les zones érogènes varient en fonction de la personne et afin de connaître celles de son/sa partenaire, le dialogue est essentiel.

Selon Alain Héril, psychanalyste et sexothérapeute, « les préliminaires vont préfigurer à la relation sexuelle et à la pénétration. Ils servent à préparer la relation sexuelle[32] ». Selon

[31] COLSON M.-H. et LEMAIR A., « Les points cardinaux de la sexualité. Enquête sur la sexualité des Français en 2004 », dans *Médecine sexuelle* 1, 2006, URL : http://www.sfms.fr/prod/data/bulletins/medecinesexuelle01.pdf#page=24.

[32] SCHNEIDER CL., « À quoi servent les préliminaires ? L'expert répond », dans *Marie-Claire (en ligne)*, http://www.marieclaire.fr/,questions-a-l-expert-tout-savoir-sur-les-preliminaires,699990.asp.

l'étude de Philippe Brenot, la durée moyenne des préliminaires est de 12 minutes[33]. Mais pas de panique si les partenaires ne se retrouvent pas dans ce timing. En effet, la durée des préliminaires dépend des envies et des désirs de chacun-e[34]. En plus du fait qu'ils servent de préparation à la relation sexuelle, les préliminaires sont des moments de tendresse, de partage qui permettent de mettre en place une confiance réciproque entre les partenaires. Durant ces instants, on fixe son attention sur le corps de son partenaire et sur son propre corps. Notons que le terme de « préliminaires » est réducteur car il implique obligatoirement une suite, une deuxième étape. Pourtant, ils constituent un acte sexuel à part entière et peuvent donc se suffire à eux-mêmes[35]. Les partenaires peuvent faire durer les préliminaires ou pas, s'arrêter à cette étape ou pas, cela importe peu. Par ailleurs, ils ne sont pas forcément nécessaires. Avec ou sans préliminaires, l'idéal est que chacun-e tente de donner du plaisir à l'autre. Pour finir, le plus important en matière de sexualité est de respecter les limites de chacun-e.

PISTES DE DISCUSSION

- Aller à la recherche des zones érogènes
- Paroles, regards et gestes permettent de faire monter l'excitation
- Les préliminaires sont des moments de partage qui permettent de mettre en place une confiance réciproque
- Le dialogue entre les partenaires est essentiel
- Respecter les limites de chacun-e est le maître mot
- Les préliminaires peuvent se suffire à eux-mêmes

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 18. Acte sexuel = pénétration
- 29. Si tu ne mouilles pas ou que tu ne bandes pas c'est que tu n'as pas envie

[33] CAILLEAU E., « Les préliminaires durent 12 minutes », sur *TopSanté.com*, 2012, URL : http://www.topsante.com/couple-et-sexualite/sexualite/desir-plaisir/les-preliminaires-durent-12-minutes-11950.
[34] SCHNEIDER CL., « À quoi servent les préliminaires ? L'expert répond », *op. cit.*
[35] Voir stéréotype n°18 « Acte sexuel = pénétration », pp. 43-44.

6. UNE FEMME QUI AIME LE SEXE EST UNE SALOPE

Certain-e-s pensent que c'est dans la « nature » des hommes d'aimer le sexe. Mais une femme a aussi des envies sexuelles, est libre de les exprimer… Et d'aimer ça ! Car au final on est tous des êtres humains et chacun fait ce qu'il veut de sa sexualité !

Ce n'est pas parce qu'une femme exprime son désir, prend des initiatives[36] et aime faire l'amour, qu'elle doit être assimilée à une salope. Imaginatives ou simplement désireuses d'assumer leurs fantasmes, certaines femmes n'hésitent pas à interpeller leur partenaire, par des gestes ou des paroles[37,38]. Elles n'attendent pas forcément que l'homme engage le rapprochement, il n'y a pas que lui qui est autorisé à être actif dans la relation (cela vaut d'ailleurs pour tous les domaines de la vie quotidienne)[39].

Les femmes ont également le droit de montrer et « d'extérioriser » leur plaisir, de quelle que manière que ce soit, en toute liberté[40].

On entend souvent dire que les femmes ne désirant pas « coucher », par crainte ou bien pour rester vierges, sont soit des « saintes nitouches » soit des femmes « coincées »[41]. Selon certaines mentalités, les femmes sont donc soit trop libérées sexuellement[42], soit trop coincées. Il n'y a pas de juste-milieu possible. Ceci est un véritable cliché bien entendu, chacun fait ce qu'il souhaite de son corps et de sa sexualité !

À l'inverse, on entend rarement dire d'un homme libéré sexuellement que c'est un « salaud », ni d'un homme vierge qu'il est coincé. Et puis c'est bien connu, les hommes ne restent pas vierges bien longtemps ! Voici un autre stéréotype que nous déconstruisons dans

---

[36] Voir stéréotype n°19 : « Niveau sexe, c'est l'homme qui décide », pp. 45-46.
[37] IPSOS, *Sexualité : de quoi les femmes ont-elles vraiment envie ?*, 2014, p. 10, URL : http://medias.psychologies.com/habillage/sondage/Rapport-Sexualites-Francaises-Mars-2014.pdf.
[38] Voir stéréotype n°7: « Une fille qui montre que quelqu'un lui plaît cherche à avoir u rapport sexuel », pp. 21-22.
[39] ALEXANDRE E., « Aimer le sexe sans passer pour une salope », sur *Marie-Claire (en ligne)*, 2015, URL : http://www.marieclaire.fr/,aimer-le-sexe-sans-passer-pour-une-salope,20483,400905.asp.
[40] ROSEAU N., « Pourquoi les boulimiques du sexe sont-elles montrées du doigts ? », sur *Marie-Claire (en ligne)*, 2015, URL : http://www.marieclaire.fr/,boulimiques-de-sexe-pourquoi-sont-elles-montrees-du-doigt,20256,762.asp#?slide=2.
[41] MAZAURETTE M., « Les femmes détestent-elles le sexe ? », sur *MadmoiZelle*, 2011, URL : http://www.madmoizelle.com/les-femmes-detestent-elles-le-sexe-39575.
[42] Voir stéréotype n°8 : « Une femme qui accumule les coups d'un soir est une nympho », pp. 23-24.

ce document, vous pouvez vous référer au cliché « les hommes n'ont pas besoin d'être prêts pour perdre leur virginité »[43].

PISTES DE DISCUSSION

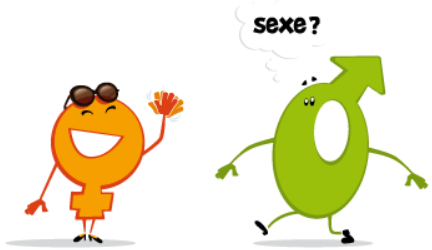
- Hommes et femmes sont libres d'exprimer leur désir sexuel ainsi que leur plaisir
- Les femmes peuvent aussi prendre des initiatives au lit
- Selon notre société, les femmes sont soit trop libérées sexuellement ou bien pas assez
- Différence de traitement entre les hommes et les femmes : les hommes ayant beaucoup de relations sexuelles ne sont pas considérés comme des salauds

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 7. Une fille qui montre que quelqu'un lui plaît cherche à avoir un rapport sexuel
- 8. Une femme qui accumule les coups d'un soir est une nympho
- 12. Les garçons n'ont pas besoin d'être prêts pour perdre leur virginité
- 19. Niveau sexe, c'est l'homme qui décide

[43] Voir stéréotype n°12 : « Les garçons n'ont pas besoin d'être prêts pour perdre leur virginité », pp. 31-32.

7. UNE FILLE QUI MONTRE QUE QUELQU'UN LUI PLAÎT CHERCHE À AVOIR UN RAPPORT SEXUEL



Une fille qui accepte des avances ne veut pas nécessairement dire « J'ai envie de faire l'amour avec toi ». Tant pour un garçon que pour une fille, séduire une personne ne signifie pas forcément que l'on veut avoir un rapport sexuel… Ou du moins pas tout de suite ! La richesse des relations ne se limite pas au sexe, et heureusement !

Ce n'est pas parce qu'une personne est attirée par une autre, qu'elle la séduit ou accepte ses avances, qu'elle désire avoir un rapport sexuel avec elle. En effet, flirter avec une personne, accepter une invitation au restaurant, au cinéma ou tout simplement aller boire un verre, ne signifie pas forcément que l'on souhaite une relation amoureuse ou sexuelle avec elle, ou du moins pas tout de suite.

Un autre cliché consiste à avancer que si un homme invite une fille à dîner et qu'il lui paye le repas, elle est censée coucher avec lui. En effet, en réglant l'addition à la fin d'un rendez-vous n'induit pas forcément comme « récompense » une relation sexuelle[44]. Puis, un garçon qui invite une fille à un rendez-vous ne signifie pas nécessairement qu'il souhaite avoir une relation sexuelle avec elle. Fille comme garçon, que cela soit la première relation sexuelle ou pas, il est primordial de se sentir prêt-e[45].

De plus, notons que le flirt n'est pas exclusivement réservé aux personnes célibataires. En effet, une personne peut très bien flirter avec une autre tout en étant en couple. Ainsi, selon une étude de l'Ifop réalisée en 2014[46], 50% des personnes interrogées ont admis s'être déjà livrées à un jeu de séduction avec une autre personne que leur partenaire. Ce qui ne signifie à nouveau pas qu'elles envisageaient aller plus loin ! Il existe plusieurs motivations différentes au flirt. En voici quelques exemples[47] : pour chercher à avoir une relation sexuelle, pour le plaisir, pour améliorer l'estime de soi, pour les couples, le recours au flirt de

[44] BODOC CL., « 16 mensonges sur le sexe qu'il faut arrêter d'enseigner aux garçons », sur *MadmoiZelle*, 2016, URL : http://www.madmoizelle.com/mensonges-sexe-garcons-251852.
[45] Voir le stéréotype n°12 : « Les garçons n'ont pas besoin d'être prêts pour perdre leur virginité », pp. 31-32.
[46] IFOP, *Enquête sur les perceptions et les comportements des français en matière d'aventures extra-conjugales. Observatoire Gleeden de l'infidélité*, 2014, p. 14, URL : http://www.ifop.com/media/poll/2471-1-study_file.pdf.
[47] « Tout ce que vous devez savoir sur le flirt », dans *Le Vif (en ligne)*, 2016, URL : http://www.levif.be/actualite/sante/tout-ce-que-vous-devez-savoir-sur-le-flirt/article-normal-455599.html.

temps en temps leur permettrait de développer leur intimité ou pour manipuler l'autre dans le simple but d'obtenir quelque chose.

Le réel problème se situe dans la différence de perception du flirt selon la personne. Certain-e-s ont tendance à considérer qu'un homme peut flirter « juste pour s'amuser » tandis que si une femme flirte, c'est qu'elle souhaite nécessairement aller plus loin[48].

La richesse d'une relation ne se limite pas au sexe. Dialoguer, partager des expériences sont aussi des constituantes d'une relation, qu'elle soit amoureuse et/ou sexuelle. Dans une relation, la notion de respect est primordiale. Selon une enquête réalisée par Solidaris[49], 99% des jeunes pensent que le respect dans la relation amoureuse est important. 92% d'entre eux pensent que le respect est aussi important dans la relation sexuelle.

Pour finir, notons qu'une personne qui envisage d'avoir un rapport sexuel avec une autre peut se rétracter à tout moment. Ainsi, hommes comme femmes ne sont pas toujours « partants » pour un rapport sexuel à n'importe quel moment[50].

PISTES DE DISCUSSION

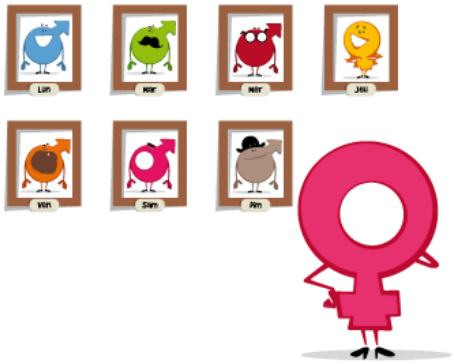
- Être attiré-e par une personne et/ou d'accepter ses avances n'induit pas le désir d'avoir un rapport sexuel avec elle
- Régler l'addition au restaurant n'induit pas comme « récompense » une relation sexuelle
- Une personne peut flirter avec une autre tout en étant en couple
- En matière de sexualité et dans tous les domaines de la vie quotidienne, chacun-e est libre de prendre des initiatives
- La richesse d'une relation ne se limite pas au sexe
- La notion de respect est primordiale dans une relation
- Une personne qui envisage d'accepter une relation sexuelle à un moment donné peut se rétracter à tout moment

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 8. Une femme qui accumule les coups d'un soir est une nympho
- 12. Les garçons n'ont pas besoin d'être prêts pour perdre leur virginité
- 19. Niveau sexe, c'est l'homme qui décide
- 26. Quand une femme dit non, elle veut en réalité dire oui

[48] Voir le stéréotype n°8 : « Une femme qui accumule les coups d'un soir est une nympho », pp. 23-24.
[49] UNION NATIONALE DES MUTUALITÉS SOCIALISTES, *Enquête sexualité – Jeunes : Amour, Sexe et Respect*, 2009, p. 1, URL : http://www.solidaris.be/Lists/PubDocs/Etude-Amours-sexe-respect.pdf.
[50] Voir le stéréotype n°26 : « Quand une femme dit non, elle veut en réalité dire oui », pp. 59-60.

8. UNE FEMME QUI ACCUMULE LES COUPS D'UN SOIR EST UNE NYMPHO



Certains hommes ont tendance à se vanter d'avoir eu plus de conquêtes que ce qu'ils n'ont eu en réalité. Être un tombeur de ces dames est bien perçu, alors qu'être une séductrice est souvent vu comme négatif… Pourquoi une femme aurait-elle moins le droit que les hommes d'avoir des aventures, si elle le souhaite ?

Il nous semble important de commencer cette partie par la définition du terme *nympho* (« nymphomane ») qui n'est peut-être pas connu de tous. Cette notion concerne uniquement le sexe féminin. Une femme nymphomane souffre d'une exagération pathologique de ses désirs sexuels. Il s'agit donc d'un trouble psychologique qui n'est pas à prendre à la légère. Certaines personnes ont tendance à utiliser ce qualificatif sans savoir réellement ce qu'il signifie, en en usant comme d'une insulte envers une femme trop libérée sexuellement[51]. Nous pouvons donc dire qu'une femme ayant souvent des aventures sexuelles[52] n'est pas obligatoirement une nymphomane puisqu'elle n'a pas été diagnostiquée comme telle.

Les hommes accumulant les aventures[53] ne sont pas aussi nombreux que ce que l'on pourrait penser. Il s'agit d'exceptions. Une étude américaine[54] a mis en avant le fait que les hommes ont une réputation de prédateurs à défendre. Ce qui n'est pas le cas des femmes qui, quant à elles, ont une image de mère respectable à valoriser.

Les chercheurs de cette enquête[55] ont interrogé 293 personnes sur leurs habitudes, notamment sexuelles. Certaines d'entre elles ont répondu de façon anonyme pendant que les autres pensaient être reliées à un détecteur de mensonges (qui, en réalité, était hors-service). Concernant les questions d'habitudes non sexuelles, les réponses étaient toutes spontanées. Tandis que pour les questions sur les habitudes sexuelles, notamment celles demandant d'indiquer le nombre de partenaires sexuels, les résultats variaient en fonction des conditions dans lesquelles les participants étaient interrogés.

---

[51] DORLIN E., « L'objet = X. Nymphomanes et masturbateurs XVIIIe-XIXe siècles », dans *Nouvelles questions féministes* 24, 2005, URL : http://www.cairn.info/revue-nouvelles-questions-feministes-2005-1-page-53.html.
[52] Voir stéréotype n°6 : « Une femme qui aime le sexe est une salope », pp. 19-20.
[53] Voir stéréotype n°3 : « Les hommes pensent tout le temps au sexe », pp. 13-14.
[54] FISHER T., *Men, Women Lie about Sex to Match Gender Expectations*, Ohio, 2014, p. 105, URL : http://researchnews.osu.edu/archive/genderster.htm.
[55] *Ibid.*

En effet, lorsqu'ils n'étaient pas reliés à un détecteur de mensonges, les hommes avaient tendance à gonfler le nombre de leurs conquêtes[56] alors que les femmes le diminuaient. Cela dépend donc de l'image que la personne veut donner aux autres. Comme mentionné précédemment : l'homme doit défendre son image de Don Juan et la femme celle de mère et d'épouse aimante et respectable. Cette étude a donc également permis de faire ressortir un élément important : tant les femmes que les hommes se rallient parfois, volontairement ou involontairement, à certains stéréotypes sexuels les concernant en fonction de la perception, positive ou négative, de ceux-ci.

Précisons que les femmes et les hommes ne donnent pas forcément la même signification au mot « conquête ». Selon une étude américaine[57], il apparaîtrait que les femmes entendent par-là « les personnes ayant réellement compté dans leur vie » (donc pas les coups d'un soir) alors que les hommes ont tendance à comptabiliser « l'ensemble de leurs partenaires sexuels ».

PISTES DE DISCUSSION

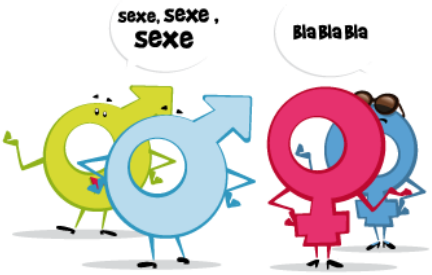
- Les femmes libérées sexuellement ne sont pas forcément des nymphos
- En réalité, peu d'hommes sont des tombeurs
- Les hommes ont une image de prédateurs sexuels à défendre
- Les femmes ont une image de mères et épouses respectables à valoriser
- Les hommes ont tendance à augmenter le nombre de leurs partenaires sexuels
- Les femmes ont tendance à diminuer le nombre de leurs partenaires sexuels

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 3. Les hommes pensent tout le temps au sexe
- 6. Une femme qui aime le sexe est une salope

[56] FISHER T., « Partenaire sexuelle : ils ont tendance à gonfler le nombre de leurs conquêtes », sur *Marie-Claire (en ligne)*, 2013, URL : http://www.marieclaire.fr/,partenaire-sexuelle-ils-ont-tendance-a-gonfler-le-nombre-de-leurs-conquetes,20123,692999.asp.
[57] FISHER T., *Men, Women Lie about Sex to Match Gender Expectations, op. cit.*, p. 121.

9. LES MECS PARLENT PLUS DE SEXE ENTRE EUX QUE LES FILLES



Certaines femmes ont aussi tendance à beaucoup parler de sexe entre elles, et à se confier des petits détails de leur vie sexuelle. On pense souvent que les hommes, eux, se vantent plus de leurs exploits sexuels mais il leur arrive aussi de demander des conseils, d'évoquer un problème éventuel entre amis ou encore de parler de leurs expériences positives !

Les femmes sont de plus en plus enclines à parler de sexe avec leurs ami-e-s. Mais encore une fois, pas de généralité ! Chacun-e est différent-e, vit ses expériences et les exprime comme il/elle l'entend. Certaines femmes peuvent parler de sexe très souvent et certains hommes pas du tout[58]. Ce sujet n'a pas de lien avec le sexe de la personne mais plutôt avec ses traits de personnalité.

Précisons, qu'en général, les personnes parlent de LA sexualité et non de leur sexualité. Ce qui est différent. Il est beaucoup plus facile de parler des rapports sexuels de façon générale sans rentrer dans les détails de sa vie intime.

Certes, notre société considère toujours la sexualité comme un sujet tabou mais les femmes et les hommes en parlent de plus en plus entre eux pour se confier, demander des conseils, parfois se vanter ou juste raconter.

[58] Voir stéréotype n°9 : « Les mecs parlent plus de sexe entre eux que les filles », pp. 25-26 et n°3: « Les hommes pensent tout le temps au sexe », pp. 13-14.

PISTES DE DISCUSSION

- Parler de sexe ≠ parler de sa sexualité
- Tout le monde peut parler de sexe
- Cela dépend de la personnalité de chacun

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 3. Les hommes pensent tout le temps au sexe
- 9. Les mecs parlent plus de sexe entre eux que les filles

10. POUR ÊTRE BON AU LIT, IL FAUT AVOIR DE L'EXPÉRIENCE

La qualité d'une relation sexuelle n'est pas mesurable scientifiquement ! Évidemment, au plus on fait l'amour avec une personne, au mieux on connaît son corps et ses goûts, et donc au plus c'est bon. Mais ce n'est pas parce qu'une personne enchaîne les conquêtes qu'il/elle est un « bon coup » !

Le culte de la performance sexuelle[59] est de plus en plus répandu dans nos sociétés, tout particulièrement pour les hommes. Pour être un homme, un « vrai », il faut être capable de prouesses sexuelles. Mais comment « devenir » bon au lit ? D'après les clichés, avoir un grand (et gros) pénis[60] et enchaîner les conquêtes augmente les chances de faire jouir son/sa partenaire à chaque rapport[61].

D'après une enquête menée par l'Union nationale des Mutualités socialistes, 54% des jeunes interrogés entre 15 et 29 ans considèrent qu'il est important, voire très important, d'avoir un-e partenaire avec de l'expérience sexuelle[62]. Pourtant, à l'inverse des hommes, le fait d'accumuler les partenaires reste connoté négativement pour les femmes[63].

Reste à se demander ce que signifie « être bon au lit » ? S'il est évidemment possible de dire si un ébat était particulièrement bon, sympa, moyen, ou vraiment bof, il n'existe pas « d'échelle » de mesure. Chacun-e a son propre ressenti de chaque rapport sexuel et de chaque partenaire. La qualité d'une relation sexuelle peut dépendre de divers facteurs (fatigue, soucis de la vie quotidienne, problèmes érectiles ou de lubrification[64], et bien d'autres). Personne ne peut être « au top » de façon perpétuelle !

---

[59] MIMOUN S., « « L'antiguide de sexualité » : non à la performance et aux clichés », dans *Le Nouvel Obs*, 2012, URL : http://leplus.nouvelobs.com/contribution/511698-l-antiguide-de-sexualite-non-a-la-performance-et-aux-cliches.html.

[60] Voir stéréotype n°31 : « La taille du pénis, c'est super important », pp. 67-71.

[61] Voir stéréotypes n°2 : « Les femmes n'arrivent pas à faire l'amour sans sentiments amoureux », pp. 9-11 et n°23 : « Rapport sexuel réussi = orgasme mutuel », pp. 53-54.

[62] UNION NATIONALE DES MUTUALITÉS SOCIALISTES, *Enquête sexualité – Jeunes : Amour, Sexe et Respect*, 2009, p. 32, URL : http://www.solidaris.be/Lists/PubDocs/Etude-Amours-sexe-respect.pdf.

[63] Voir stéréotype n°8 : « Une femme qui accumule les coups d'un soir est une nympho », pp. 23-24.

[64] Voir stéréotype n°29 : « Si tu ne mouilles pas ou que tu ne bandes pas, c'est que tu n'as pas envie », pp. 65-66.

Ce qui est important pour la qualité d'une relation est d'être à l'écoute de ses envies/désirs et de celles/ceux de son/sa partenaire. Connaître son corps[65] et celui de l'autre[66] est le meilleur moyen de se procurer mutuellement du plaisir ! Rappelons également que ce plaisir peut mener à l'orgasme mais que celui-ci n'est en aucun cas la condition à une relation sexuelle réussie[67].

PISTES DE DISCUSSION

- Le culte de la performance sexuelle est très répandu dans nos sociétés
- 54% des jeunes considèrent qu'il est très important d'avoir un-e partenaire qui a de l'expérience sexuelle
- Il n'existe pas « d'échelle » mesurable pour savoir si on est bon au lit
- Il est important d'être à l'écoute de ses envies et de celles de son/sa partenaire

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 2. Les femmes n'arrivent pas à faire l'amour sans sentiments amoureux
- 5. Les préliminaires, c'est une perte de temps pour les mecs
- 8. Une femme qui accumule les coups d'un soir est une nympho
- 23. Rapport sexuel réussi = orgasme mutuel
- 27. Les filles ne se masturbent pas
- 29. Si tu ne mouilles pas ou que tu ne bandes pas, c'est que tu n'as pas envie
- 31. La taille du pénis, c'est super important

[65] Voir stéréotype n°27 : « Les filles ne se masturbent pas », pp. 61-62.
[66] Voir stéréotype n°5 : « Les préliminaires, c'est une perte de temps pour les mecs », pp. 17-18.
[67] Voir stéréotype N°23 : « Rapport sexuel réussi = orgasme mutuel », pp. 53-54.

11. SI UNE FEMME NE COUCHE PAS, ELLE SE FERA LARGUER OU TROMPER

En cas de baisse passagère de libido ou envie d'attendre avant de passer à l'acte, cette peur est répandue chez les femmes et encore plus chez les jeunes. Se forcer à avoir des rapports n'est pourtant pas une bonne solution. Il est important qu'une relation soit basée sur le respect mutuel. Il est donc légitime de dire « non » ou « pas maintenant » sans craindre des conséquences.

Ce cliché est tenace auprès de toutes les générations mais tout particulièrement chez les jeunes. Les jeunes filles ont tendance à craindre que si elles tardent trop avant de passer à l'acte, leur partenaire s'impatiente et finisse par aller voir ailleurs ou par les quitter.

Une enquête sur la sexualité des jeunes menée en 2010 dans la Province du Hainaut[68] relève les motifs de la première relation sexuelle. Parmi les filles de 12 à 17 ans (actives sexuellement ou non), près d'une sur 5 considère qu'être obligé-e est un motif pouvant amener un-e jeune à avoir sa première relation sexuelle. Ce chiffre doit être analysé avec du recul car il ne fait pas la distinction entre des agressions sexuelles (viol, inceste) et la pression sociale qui peut pousser une jeune à accepter un premier rapport contre son gré. Dans un cas comme dans l'autre, ces chiffres restent interpellants.

Le Dr Nasio, psychiatre et psychanalyste, explique : « Les raisons pour lesquelles une femme en vient à se forcer à faire l'amour sont multiples. Pour protéger son couple, par tendresse, pour rassurer son partenaire… Ou bien par peur qu'il n'aille voir ailleurs, par calcul, pour éviter la rupture… »[69].

Plusieurs idées se cachent derrière cette peur :

- Les hommes ont des besoins sexuels sans lesquels ils ne peuvent pas vivre[70]

[68] OBSERVATOIRE DE LA SANTÉ – PROVINCE DU HAINAUT, *Regard sur la santé des jeunes. La sexualité des jeunes en Hainaut*, Santé en Hainaut n° 9, 2014, p. 14, URL : http://www.hainaut.be/sante/osh/medias_user/Sante_en_Hainaut_9_RSJ-2014.pdf.
[69] CL. GOLDSZAL, « Faut-il se forcer à faire l'amour ? », *Elle (en ligne)*, 24 septembre 2013, URL : http://www.elle.fr/Love-Sexe/Sexualite/Dossiers/Faut-il-se-forcer-a-faire-l-amour-561426.
[70] Voir stéréotype n°1 : « Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire », pp. 7-8.

- Le sexe est indispensable dans une relation amoureuse
- La fréquence des relations sexuelles est un indicateur de la qualité du couple

Notre société a en effet souvent tendance à considérer qu'un couple épanoui se doit d'avoir une vie sexuelle régulière. Au plus un couple a une sexualité active (voire débordante), au plus ce couple est plein d'amour et est donc « un exemple à suivre ». D'après une enquête réalisée par le site Elite Rencontre[71], près de 9 personnes sur 10 pensent que l'amour entre deux partenaire ne peut survivre sans sexe. Ce ratio vaut aussi bien pour les femmes que pour les hommes. Par contre, à la question « Par amour, combien de temps accepteriez-vous d'être abstinents ? », les femmes s'avèrent plus patientes (majoritairement « autant de temps qu'il faudra ») que les hommes (majoritairement prêts à attendre « quelques semaines »).

À nouveau, cette idée est également présente chez les jeunes. Selon une enquête de l'Union nationale des Mutualités socialistes en 2009[72], plus de la moitié des jeunes (de 15 à 29 ans) considèrent que le sexe est indispensable pour mener une relation amoureuse épanouie.

Il est évident que la sexualité occupe une place importante, non seulement dans notre société mais également dans notre quotidien. Cependant, il est important que chacun puisse vivre sa vie sexuelle sans contrainte et selon ses propres envies. Se forcer en étant motivé par des peurs n'est jamais une solution positive, ni pour soi ni pour son partenaire...

BALISER LA DISCUSSION

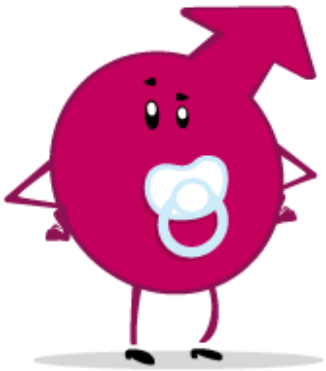
- Près d'une fille sur 5 considère qu'être obligé-e est un motif pour la première relation sexuelle
- La société considère qu'un couple épanoui doit avoir des rapports sexuels réguliers et que leur fréquence démontre la qualité d'une relation
- Cette peur peut concerner toutes les générations mais tout particulièrement les jeunes
- Chacun-e doit être attentif à ses envies et ne doit pas hésiter à poser ses propres limites : agir sur motivation de la peur est rarement positif...

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 1. Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire
- 12. Les garçons n'ont pas besoin d'être prêts pour perdre leur virginité
- 15. Les hommes sont tous infidèles
- 19. Niveau sexe, c'est l'homme qui décide

[71] M. SALAMA, « Hypersexualisation, rejet de l'abstinence : l'amour dans un couple n'existe pas sans sexe », *L'OBS Le Plus (en ligne)*, 25 février 2014, URL : http://leplus.nouvelobs.com/contribution/1149228-hypersexualisation-rejet-de-l-abstinence-l-amour-dans-un-couple-n-existe-pas-sans-sexe.html.
[72] UNION NATIONALE DES MUTUALITÉS SOCIALISTES, *Enquête sexualité – Jeunes : Amour, Sexe et Respect*, 2009, pp. 23-24, URL : http://www.solidaris.be/Lists/PubDocs/Etude-Amours-sexe-respect.pdf.

12. LES GARÇONS N'ONT PAS BESOIN D'ÊTRE PRÊTS POUR PERDRE LEUR VIRGINITÉ



Près de 90% des filles trouvent facile d'attendre d'être prêtes pour leur premier rapport sexuel contre 72% des garçons[73]. Ils ont pourtant des peurs, des appréhensions, qui impliquent qu'eux aussi ont besoin d'être prêts ! Bref, peu importent l'âge et le sexe, le principal c'est d'en avoir envie !

En matière de sexualité, la pression du groupe est bien réelle. En effet, une enquête réalisée par la FCPF-FPS[74] concernant l'affirmation de soi dans les relations sexuelles démontre que les garçons ont plus de difficultés que les filles à « attendre de se sentir prêt » et à « refuser d'avoir des relations sexuelles ». Autrement dit les garçons interrogés se sentiraient plus « obligés » au rapport sexuel que les filles en ne pouvant l'attendre ou le refuser bien que des éléments les dérangent, qu'il s'agisse par exemple du moyen de contraception ou d'une pratique sexuelle qui ne leur plaît pas :

- Un garçon sur 2 dit ne pas refuser un rapport sexuel sans le moyen de contraception de son choix, ou le faire difficilement ;
- 2 garçons sur 5 expriment leurs difficultés à refuser une pratique sexuelle qui les dérange.

Filles comme garçons peuvent s'interroger avant le premier rapport sexuel : « Que dois-je préparer ? Si je n'ai pas d'érection ? Et si le préservatif craque ?[75] Que vais-je ressentir ? Est-ce que je vais avoir mal ?[76] ». Chaque première fois est différente, c'est un moment singulier. Elle ne sera pas vécue de la même façon selon que l'on se sent prêt-e ou pas, que l'on est stressé-e ou pas. Le plus important est de ne pas se forcer, de le faire lorsqu'on en a envie et de se sentir bien avec la personne que l'on a choisie. En effet, chacun-e, garçon

[73] HERBIGNIAUX FR. et THAI Y., *L'affirmation de soi dans les relations amoureuses et affectives chez les jeunes. Enquête menée auprès des 13-21 ans par la Fédération des Centres de Planning familial des Femmes prévoyantes socialistes*, 2006, p. 18.
[74] *Ibid.*
[75] « La première fois côté garçon », sur *Fil Santé Jeunes*, 2014, URL : http://www.filsantejeunes.com/la-premiere-fois-cote-garcons-5046.
[76] « La première fois côté fille », sur *Fil Santé Jeunes*, 2014, URL : http://www.filsantejeunes.com/la-premiere-fois-cote-filles-5041.

comme fille, est libre de pouvoir choisir seul-e le lieu, la personne, le moment et la contraception afin d'être en accord avec soi-même. À noter aussi qu'il est surtout important de le faire en se respectant soi, en étant sûr de ce qu'on veut, et en respectant l'autre. Puis, pas de panique, le premier rapport sexuel est rarement génial. La connaissance de son propre corps et de celui de son partenaire améliorera au fil du temps le plaisir qu'on pourra se donner mutuellement.

Pour finir, il est important de préciser qu'en Belgique, la majorité sexuelle est fixée à 16 ans. À partir de 16 ans, un-e mineur-e peut, légalement, avoir des rapports sexuels (hétéro ou homo). Autrement dit, le/la mineur-e de plus de 16 ans est considéré-e comme adulte en ce qui concerne sa capacité à consentir à des relations sexuelles. Son consentement est donc présumé, en ce sens que, pour établir qu'il/elle est victime d'un viol, il faudra prouver l'absence de consentement. La majorité civile est quant à elle fixée à 18 ans[77]. Avant 18 ans, le jeune est supposé incapable de commettre une faute selon le Code civil. Ce n'est donc pas le/la jeune qui devra supporter directement la réparation des dommages qu'il/elle aurait créés mais ses parents. Jusqu'à ses 18 ans, le/la jeune est donc soumis-e à l'autorité parentale. Celle-ci permet aux parents d'avoir un contrôle sur les relations de leurs enfants étant donné qu'ils sont responsables de leur éducation. Précisons que, l'âge de la majorité sexuelle atteint ou non, le plus important est de se sentir prêt-e à faire l'amour pour la première fois et d'en avoir envie.

PISTES DE DISCUSSION

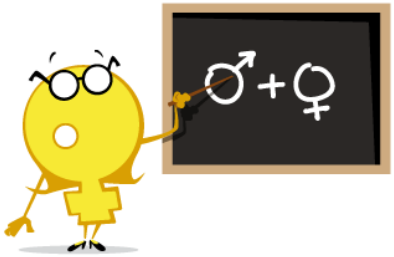
- L'importance de se sentir prêt-e
- L'importance de la notion de consentement
- Avant un premier rapport sexuel, les filles comme les garçons se posent des questions
- L'importance de pouvoir choisir seul-e le lieu, la personne, le moment et la contraception
- En Belgique, la majorité sexuelle est fixée à 16 ans

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 13. On ne perd vraiment sa virginité que lors d'un rapport hétérosexuel
- 26. Quand une fille dit non, elle veut en réalité dire oui

[77] MALCOURANT E., « La majorité sexuelle à 14 ans : état des lieux et enjeux », *Analyses FPS*, 2014, URL : http://www.femmesprevoyantes.be/SiteCollectionDocuments/analyses/2014/majorite-sexuelle-14%20ans.pdf.

13. ON NE PERD VRAIMENT SA VIRGINITÉ QUE LORS D'UN RAPPORT HÉTÉROSEXUEL



La perte de la virginité n'est pas uniquement liée à la pénétration du pénis dans le vagin. Faire l'amour c'est se donner mutuellement du plaisir sexuel et il existe de très nombreuses façons de le faire ! On perd donc sa virginité lors du premier rapport sexuel, qu'il soit hétéro ou homo !

Tout d'abord, il est essentiel de se questionner sur ce qu'on entend par « rapport sexuel », par « virginité » et par « perte de la virginité » car, en fonction des personnes, ces termes ont une signification différente[78]. En effet, un rapport sexuel n'est pas uniquement caractérisé par une pénétration vaginale[79]. Une fellation, un cunnilingus, une pénétration anale ou encore une masturbation réciproque constituent des relations sexuelles. Il existe donc diverses manières de perdre sa virginité.

En ce qui concerne la virginité, elle peut être envisagée à travers deux dimensions : anatomique (médicale) ou relationnelle. Du point de vue anatomique, la virginité se définit par la présence de l'hymen chez la jeune fille tandis que, chez le garçon, la virginité n'est pas visible. Du point de vue relationnel, la virginité est bien plus complexe[80]. On peut se questionner sur la place qu'occupent la fellation et le rapport anal lors de la perte de la « virginité ». La virginité, au niveau relationnel, concerne tant les filles que les garçons. La perte de la virginité peut être rattachée à la simple découverte des sentiments amoureux, du corps de l'autre, aux caresses, à une fellation, à un cunnilingus, etc[81]. Il n'est donc pas nécessaire qu'il y ait pénétration pour qu'il y ait perte de la virginité. Précisons également que chacun-e d'entre nous a sa propre perception de la virginité et sa signification ainsi que son importance peuvent différer.

D'une part, au niveau anatomique, certaines femmes naissent sans hymen. D'autre part, un hymen « intact » ne représente pas une « garantie » de virginité. Celui-ci peut ne pas s'être déchiré lors du premier rapport sexuel ou s'être déchiré dans d'autres circonstances. Il

[78] Voir stéréotype n°12 : « Les garçons n'ont pas besoin d'être prêts pour perdre leur virginité », pp. 31-32.
[79] Voir stéréotype n°18: « Acte sexuel = pénétration », pp. 43-44.
[80] FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *Virginité, mettez les points sur les i !*, 2009, URL : http://www.planningsfps.be/federation/actions/Nos-campagnes/Pages/Virginit%C3%A9.aspx.
[81] SASSONIA C., « 5 choses essentielles que vous ignoriez sur l'hymen et la virginité », sur *Au Féminin (en ligne)*, 2016, URL : http://www.aufeminin.com/sexe/hymen-s646401.html.

se déchirera peut-être durant les prochaines relations sexuelles ou bien jamais. On parle alors d'hymen « complaisant », qui se dilate sans saigner ni se percer[82]. Ceci prouve bien que la virginité ne peut pas intégralement reposer sur la rupture ou non de l'hymen ! Ce n'est pas lui qui détermine si la personne est encore vierge. Lors de la pratique du sexe anal ou d'une fellation, l'hymen ne rentre pas en ligne de compte mais la personne n'est plus vraiment vierge[83].

Enfin, penser que la seule façon de perdre sa virginité est d'avoir un rapport hétérosexuel avec pénétration vaginale du pénis, signifierait que les personnes homosexuelles ne perdent à aucun moment leur virginité. Il paraît pourtant évident que c'est le cas[84].

PISTES DE DISCUSSION

- La perte de la virginité n'est pas uniquement liée à la pénétration vaginale du pénis
- La perte de la virginité ne concerne pas que la rupture de l'hymen chez la fille
- La fellation, le cunnilingus ou le sexe anal peuvent également être liés à la perte de la virginité
- Les homosexuel-le-s perdent aussi leur virginité

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 12. Les garçons n'ont pas besoin d'être prêts pour perdre leur virginité
- 14. Entre femmes, ce n'est pas vraiment faire l'amour
- 18. Acte sexuel = pénétration

[82] ZAFFRAN M. et WINCKLER M., « L'hymen, mythe et réalités – Rappels anatomiques et réflexions éthiques », sur *Winckler's Webzine*, 2014, URL : https://martinwinckler.com/spip.php?article1140.
[83] « La virginité, qu'est-ce que c'est ? », sur *Fil Santé Jeunes*, 2014, URL : http://www.filsantejeunes.com/la-virginite-quest-ce-que-cest-5045.
[84] Voir le stéréotype n°14 : « Entre femmes, ce n'est pas vraiment faire l'amour », pp. 35-36.

14. ENTRE FEMMES, CE N'EST PAS VRAIMENT FAIRE L'AMOUR

Faire l'amour, c'est se donner du plaisir sexuel mutuel. Il existe de nombreuses façons de le faire, autres que la pénétration du pénis dans le vagin. Deux femmes peuvent donc combler leurs désirs jusqu'à éventuellement atteindre un (ou plusieurs !) orgasme(s). Tout comme dans une relation hétérosexuelle !

Certain-e-s avancent que sans la présence d'hommes, les lesbiennes n'ont pas de « vrais » rapports sexuels[85]. Dans une enquête réalisée par la FCPF-FPS, près de la moitié des jeunes interrogé-e-s étaient d'accord avec l'idée qu'« une femme a besoin d'un homme pour avoir des relations sexuelles »[86]. Ces chiffres démontrent que beaucoup de personnes pensent que l'action masculine et notamment la pénétration vaginale[87] résument la sexualité des femmes. « Il est fréquent que la sexualité des lesbiennes ne soit pas prise au sérieux ou qu'elle soit réduite à une sexualité défectueuse ou inachevée vu l'incapacité de concevoir (et d'accepter) que les femmes puissent être autonomes sexuellement »[88].

Or, le plaisir sexuel féminin n'est pas forcément lié aux hommes. Durant la relation homosexuelle, il est faux de dire que l'un-e doit faire l'homme[89]. En effet, les femmes n'ont pas besoin d'hommes pour ressentir du plaisir sexuel. Il y a autant de sexualités qu'il y a d'individus. Chaque personne a sa propre définition du rapport sexuel[90].

Baisers, caresses, masturbation à deux, cunnilingus, pénétration vaginale avec les doigts, etc. Il existe de nombreuses façons de faire l'amour entre femmes. Selon Marina Castaneda, auteure de *Comprendre l'homosexualité*[91], « les pratiques sexuelles les plus répandues sont la pénétration vaginale avec la main, le cunnilingus ainsi que les caresses clitoridiennes et le

---

[85] CHAMBERLAND L. et THÉROUX-SÉGUIN J., « Sexualité lesbienne et catégories du genre. L'hétéronormativité en milieu de travail », dans *Genre, sexualité & société*, 2009, URL : https://gss.revues.org/772.
[86] FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *La perception de l'homosexualité chez les jeunes de 13 à 21 ans*, 2007, p. 51, URL : http://www.planningsfps.be/sitecollectiondocuments/cpfenquetehomosexualite.pdf.
[87] Voir stéréotype N°24 : « Un vrai orgasme est provoqué par la pénétration vaginale », pp. 55-56.
[88] CHAMBERLAND L., *Stéréotypes et préjugés. Rapport synthèse de recherche*, 2007, p. 9, URL : http://homophobie.ccdmd.qc.ca/medias/pdfs/homophobie_stereotype.pdf.
[89] Voir stéréotype n°21 : « Dans les rapports homosexuels, l'un-e « fait » la femme, l'autre le mec », pp. 49-50.
[90] Voir stéréotype n°18 : « Acte sexuel = pénétration », pp. XX.
[91] CASTAÑEDA M., *Comprendre l'homosexualité*, Paris, 2003.

frottement des régions génitales »[92]. Toutes ces pratiques peuvent mener à un (ou plusieurs) orgasme-s même si l'orgasme n'est pas la condition à un rapport sexuel réussi[93]. Une autre idée reçue est que lors d'un rapport sexuel entre filles, en l'absence d'éjaculation, rien « n'indique » lorsque c'est fini. Le rapport se termine quand les partenaires n'en ont plus envie, tout simplement. Parfois, c'est après un ou plusieurs orgasmes, parfois de façon plus progressive. Dans tous les cas, les deux partenaires s'en rendent compte[94].

Pour finir, avancer qu'il n'y a pas de risque de transmission d'infections sexuellement transmissibles (IST) ni du VIH lors d'un rapport sexuel entre deux femmes est, une nouvelle fois, une fausse idée. Le risque existe bel et bien. En effet, les IST et le VIH peuvent se transmettre par les sécrétions vaginales. Les risques s'aggravent en période de règles étant donné que le sang augmente le risque de transmission du VIH[95]. La contamination peut avoir lieu lors du cunnilingus (contact de la bouche et de la vulve) ou de l'anulingus (contact de la bouche et de l'anus). Pour se protéger, il existe la digue dentaire qui est un carré de latex sur lequel une des deux partenaires met sa bouche pour qu'elle ne touche pas le sexe ou l'anus de l'autre lors d'un cunnilingus ou d'un anulingus[96].

PISTES DE DISCUSSION

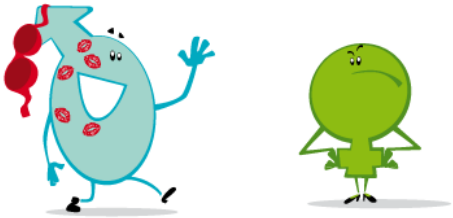
- Les lesbiennes n'ont pas besoin d'hommes pour ressentir du plaisir sexuel
- Il y a autant de sexualités qu'il y a d'individus
- Les pratiques sexuelles entre femmes sont nombreuses
- Les IST et le VIH peuvent aussi se transmettre entre femmes
- Pour se protéger des IST et du VIH, il existe la digue dentaire

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 13. On ne perd vraiment sa virginité que lors d'un rapport hétérosexuel
- 18. Acte sexuel = pénétration
- 23. Rapport sexuel réussi = orgasme mutuel
- 24. Un vrai orgasme est provoqué par la pénétration vaginale
- 30. Les femmes deviennent lesbiennes car elles ne plaisent pas aux hommes

[92] *Être gay, ça se voit ?*, Arte TV, URL : http://easycomingout.arte.tv/fr/gay-visible-invisible/cliches-femmes-lesbiennes/.
[93] Voir stéréotype n°23 : « Rapport sexuel réussi = orgasme mutuel », pp. 53-54.
[94] TREE HUGGER, « 17 idées reçues sur l'homosexualité », sur *MadmoiZelle*, 2012, URL : http://www.madmoizelle.com/idees-recues-sur-lhomosexualite-3-88473.
[95] FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, « Sida/IST : se protéger », sur *www.planningsfps.be*, http://www.planningsfps.be/activites/sida-ist/Pages/Seproteger.aspx.
[96] Pour plus d'informations sur la digue dentaire, consultez FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *Les IST, mieux vaut s'en passer que se les passer*, 2010, URL : http://urlz.fr/44Qd.

15. LES HOMMES SONT TOUS INFIDÈLES



Certains hommes n'auront jamais de relations extra-conjugales alors que d'autres oui. Ce qui est aussi le cas chez les femmes ! 55% des hommes et 32% des femmes disent avoir été infidèles au moins une fois[97]. L'infidélité n'est pas toujours considérée comme négative, certains couples décident de vivre en relation libre.

Quel que soit son sexe, une personne peut à un moment donné entretenir une ou plusieurs relation-s extraconjugale-s[98] (secrète-s, affichée-s ou acceptée-s). L'infidélité ne dépend pas de l'âge du sexe ni de l'orientation sexuelle de la personne[99] mais plutôt de sa personnalité et des situations vécues.

Une enquête française[100] sur la sexualité montre que 23,9% des femmes contre 34,4% des hommes confient avoir eu « deux relations sexuelles en parallèle ». Cette constatation met en évidence un écart peu important entre le femmes et les hommes pas rapport aux relations sexuelles vécues simultanément.

Une autre recherche française plus récente[101] fait ressortir des chiffres sur l'infidélité : 55% des hommes et 32% des femmes interrogées affirment avoir déjà eu une ou plusieurs relations extraconjugales. La proportion de Français ayant déjà été infidèles au cours de leur vie a progressé de manière continue au cours des 40 dernières années, passant de 19% en 1970 à 30% en 2001 pour s'élever à 43% en 2014. De plus, un-e Français-e sur deux (46%) a déjà embrassé quelqu'un d'autre que son-sa partenaire, sans avoir été plus loin[102], et 50% admettent s'être déjà livré-e-s à un jeu de séduction avec une autre personne[103].

Si nous abordons la notion d'infidélité en tant que telle, nous pouvons nous demander ce qu'elle signifie. Où se situent les « limites » de l'infidélité ? Est-ce qu'envoyer des textos à

---

[97] BAJOS N. et BOZON M., « Transformation des comportements, immobilité des représentations. Premiers résultats de l'enquête Contexte de la sexualité en France (2006) », *Informations sociales* 8, 2007 (n°144), p. 20, URL : www.cairn.info/revue-informations-sociales-2007-8-page-22.htm.
[98] Voir stéréotype n°1 : « Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire », pp. 7-8.
[99] Voir stéréotype n°16 : « Les homos sont plus infidèles que les hétéros », pp. 39-40.
[100] BAJOS N. et BOZON M., « Transformation des comportements, immobilité des représentations. Premiers résultats de l'enquête Contexte de la sexualité en France (2006) », *op. cit.*, p. 20.
[101] IFOP, *Enquête sur les perceptions et les comportements des français en matière d'aventures extra-conjugales. Observatoire Gleeden de l'infidélité*, 2014, pp. 15-17, URL : http://www.ifop.com/media/poll/2471-1-study_file.pdf.
[102] Voir le stéréotype n°2 : « Les femmes n'arrivent pas à faire l'amour sans sentiments amoureux », pp. 9-11.
[103] FOIS G., « Les femmes trompent-elles comme les hommes ? », dans *Psychologies (en ligne)*, 2008, URL : http://www.psychologies.com/Couple/Crises-Divorce/Infidelite/Articles-et-Dossiers/Les-femmes-trompent-elles-comme-les-hommes/4Une-liberte-qui-inquiete.

une autre personne, fantasmer ou penser à quelqu'un d'autre lors d'un rapport sexuel ou encore embrasser une autre personne, c'est tromper ? Pour répondre à cette question, nous pouvons avancer que tout dépend de la perception individuelle de l'infidélité.

Le même type de questionnement peut se poser avec la fidélité. Qu'est-ce que la fidélité en fait ? Est-ce une preuve d'amour ? Dans quel cas est-on fidèle ? Lorsque l'on respecte un engagement ? Ou bien la fidélité est-elle le fait d'être dévoué-e à une seule personne ? Ne s'agit-il pas alors plutôt d'exclusivité ? Ce qui ressort de l'étude de l'Ifop[104], c'est que la perception de la fidélité et de l'infidélité est différente d'une personne à l'autre. Tout dépend des caractéristiques individuelles de chacun-e, de l'environnement social, familial, religieux, éducatif, etc. Au sujet des raisons de l'infidélité par le partenaire, une autre étude française[105] a questionné des hommes et des femmes. Voici les raisons avancées :

- Pour reprendre confiance en soi ;
- À cause de l'incapacité à se satisfaire d'une seule personne ;
- Car il est impossible pour eux d'être la « propriété » d'une personne ;
- Pour regoûter au premier rapport sexuel avec une nouvelle personne ;
- À cause de l'ennui qui s'est installé au sein du couple ;
- Car il y a une distinction entre « infidélité du corps » et « infidélité du cœur »[106].

PISTES DE DISCUSSION

- Les hommes et les femmes peuvent être confrontés à l'infidélité
- Qu'est-ce que l'infidélité ?
- Qu'est-ce que la fidélité ?
- Tout dépend de la personnalité de chacun-e, des problèmes environnants, de l'éducation reçue, de l'environnement familial, social, religieux, éducatif, etc.
- « Raisons » de l'infidélité
- L'infidélité n'est pas toujours connotée négativement

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 1. Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire
- 2. Les femmes n'arrivent pas à faire l'amour sans sentiments amoureux
- 16. Les homos sont plus infidèles que les hétéros

[104] IFOP, *Enquête sur les perceptions et les comportements des français en matière d'aventures extra-conjugales. Observatoire Gleeden de l'infidélité, op. cit.*, p. 20.
[105] IPSOS, *37% des Français en couple ont déjà été ou pourraient être infidèles*, 2010, pp. 15-17, URL : http://www.ipsos.fr/decrypter-societe/2010-11-24-37-francais-en-couple-ont-deja-ete-ou-pourraient-etre-infideles.
[106] LELEU G., « Pourquoi l'infidélité ? », dans *Psychologies (en ligne)*, 2009, URL : http://www.psychologies.com/Couple/Crises-Divorce/Infidelite/Reponses-d-expert/Pourquoi-l-infidelite.

16. LES HOMOS SONT PLUS INFIDÈLES QUE LES HÉTÉROS

Tous les couples peuvent être concernés par l'infidélité et les homosexuels pas plus que les autres. Elle peut être vécue de différentes manières en fonction de la personnalité de chacun-e, de sa conception de la vie de couple et de son éducation. Pour certain-e-s, avoir des relations extraconjugales est accepté, on parle alors de relations libres.

La conjugalité contemporaine a donné à la fidélité sexuelle une place centrale dans le couple. Devenue une exigence morale pour les deux sexes, celle-ci domine presque toutes les représentations collectives du mariage et de la parentalité[107].

En fonction des personnes, la fidélité et l'infidélité[108] sont perçues différemment. Certains couples, qu'ils soient hétérosexuels, bisexuels, homosexuels ou autre, acceptent que l'un ou les deux partenaire-s entretienne-nt des relations extraconjugales. Dans ce cas, il ne s'agit pas d'infidélité puisque les partenaires sont en accord. L'infidélité est présente lorsque l'un des partenaires n'est pas au courant des relations extraconjugales de l'autre et, surtout, ne les accepte pas. Cela ne dépend donc pas de l'orientation sexuelle mais bien de la personnalité des partenaires, de leur perception du couple ainsi que de l'accord établi.

L'idéal d'une conjugalité exclusive est fortement valorisée dans notre société et ce, quel que soit le type de couple. Beaucoup de personnes font en sorte que les rencontres extraconjugales restent éphémères et ne perturbent pas l'harmonie conjugale. La notion d'équité est parfois importante au sein des couples non-exclusifs. Devant le besoin du partenaire de faire des rencontres parallèles, certaines personnes s'y essayent également, alors que d'autres préféreront privilégier les relations en trio afin de garder une certaine maîtrise de la situation et éviter d'éventuels débordements sentimentaux[109].

Par ailleurs, dans certains couples, le polyamour[110] est présent. Il s'agit d'une manière différente de vivre et de penser les relations sentimentales car il implique toujours plus de

---

[107] COURDURIES J., « Les couples gays et la norme d'égalité conjugales », dans *Ethnologie française* 36, 2006, p. 706, URL : https://www.cairn.info/article.php?ID_ARTICLE=ETHN_064_0705&DocId=35952&hits=5752+5751+5742+5701+5700+5583+5581+5555+5553+5545+5544+4381+4377+4376+4367+4361+4157+4152+4151+4146+4145+3600+3599+3166+3164+2967+2966+2925+2918+2777+2776+2535+2534+1413+1411+278+277+156+155+3+2+.

[108] Voir stéréotype n°15 : « Les hommes sont tous infidèles », pp. 37-38.

[109] LERCH A., *Transparence, verbalization, silence : la gestion de l'information quant aux prises de risqué dans les couples gays multipartenaires*, ANRS, 2007, p. 206.

[110] LE BRETON M., « « À trois on y va » : et si le polyamour était l'avenir du couple ? », dans *Huffington Post (en ligne)*, 2015, URL : http://www.huffingtonpost.fr/2015/03/25/a-trois-on-y-va-polyamour-avenir-couple_n_6908058.html.

deux personnes. Ce choix de vie est issu de la constatation qu'une seule personne ne peut et ne doit être contrainte de combler tous les désirs et besoins d'une autre personne. La notion de couple n'est pas un pilier nécessaire aux relations polyamoureuses. Certaines personnes peuvent tout simplement aimer plusieurs personnes sans avoir de partenaire « primaire ». Dans ce cadre, à aucun moment l'infidélité n'a sa place.

À une certaine époque, l'absence de visibilité et de reconnaissance réelle de la conjugalité homosexuelle a eu pour effet de ne pas élaborer un modèle normatif du couple homosexuel[111], avec des valeurs et des principes prédéterminés auxquels se référer. Cela laisse alors plus de place à l'invention, à la négociation et à la transparence au sein du couple (accord ou non au niveau de l'infidélité par ex.). Ce qui n'est pas le cas chez les hétérosexuels qui, quant à eux, ont un modèle normatif à prendre en considération et à suivre[112].

PISTES DE DISCUSSION

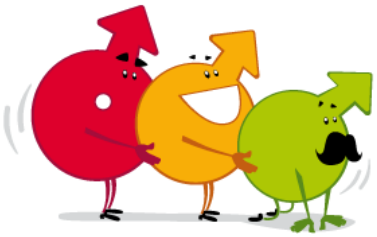
- La fidélité est un concept très présent dans notre société.
- Il existe différentes perceptions de la fidélité et de l'infidélité qui dépendent des caractéristiques individuelles de chacun-e.
- Il est important de parler des relations extraconjugales possibles et d'établir un accord au sein du couple.
- L'infidélité ne dépend pas de l'orientation sexuelle de la personne mais de la manière dont elle comprend ce concept et de l'entente à ce sujet avec le partenaire.

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 15. Les hommes sont tous infidèles
- 16. Les homos sont plus infidèles que les hétéros

[111] Voir stéréotype n°16 : « Les homos sont plus infidèles que les hétéros », pp. 39-40.
[112] COURDURIES J., « Être en couple (gay). Conjugalité et homosexualité masculine en France », dans *Politiques sociales et familiales* 1/108, 2012, pp. 134-136, URL : http://www.persee.fr/doc/caf_2101-8081_2012_num_108_1_2697_t11_0134_0000_2?q=homosexualit%C3%A9.

17. LES HOMOS SONT PLUS LIBÉRÉS SEXUELLEMENT QUE LES HÉTÉROS



Contrairement à certaines idées reçues, les homosexuels n'ont pas **que** leur sexualité dans la vie. Alors non, ce n'est pas **parce qu'**ils sont homos que certains sont plus libérés sexuellement. C'est une question de personnalité et non d'orientation sexuelle. Certains hétéros sont aussi de chauds lapins et ça ne choque personne, si ?

Les résultats d'une enquête réalisée par la FCPF-FPS[113] mettent en lumière la perception de l'homosexualité chez les jeunes de 13 à 21 ans et révèlent de très nombreux clichés « définissant » les homosexuels. Pour les jeunes interrogés, les homosexuels aiment faire la fête (45%), ont une vie sexuelle active (34%) et draguent tout le temps (27%)[114]. Leur réputation de personnes volages, infidèles[115] et irresponsables implique même que 9% des répondants considèrent que le SIDA est une maladie liée à l'homosexualité (en notant aussi un taux de 26% de non-réponse à cette question)[116].

Ces idées reçues reflètent donc une généralisation (tous les homosexuels partagent ces traits de caractère) et un lien entre orientation sexuelle et traits de caractère/modes de vie. Le point commun entre ces clichés est l'hypersexualisation. Certain-e-s ont tendance à considérer que l'homosexualité d'une personne est ce qui les qualifie le plus. « Que ce soit par des questions, des allusions, des blagues ou des critiques, la perception des gays et des lesbiennes se focalise sur leur sexualité au détriment de tout autre aspect de leur personnalité »[117].

L'autre aspect de l'hypersexualisation qui entoure les homosexuels est que leur vie semble réduite à leur sexualité. « La méconnaissance de la sexualité des gays et des lesbiennes se combine avec la construction d'un imaginaire social façonné par les images présentées par les médias à la suite d'événements comme la parade de fierté (gay-pride) LGBT »[118].

Il est important de souligner que cette hypersexualisation est différente chez les gays que chez les lesbiennes. Si les gays sont considérés comme des « bêtes de sexe », certain-e-s

---

[113] FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *La perception de l'homosexualité chez les jeunes de 13 à 21 ans*, 2007, URL : http://www.planningsfps.be/sitecollectiondocuments/cpfenquetehomosexualite.pdf.
[114] *Ibid.*, pp. 37-40.
[115] Voir stéréotype n°16 : « Les homos sont plus infidèles que les hétéros », pp. 39-40.
[116] FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *La perception de l'homosexualité chez les jeunes de 13 à 21 ans, op. cit.*, pp. 39-40.
[117] CHAMBERLAND L., *Stéréotypes et préjugés. Rapport synthèse de recherche*, 2007, p. 6, URL : http://homophobie.ccdmd.qc.ca/medias/pdfs/homophobie_stereotype.pdf.
[118] *Ibid.*

considèrent que deux femmes ne peuvent pas avoir de « vraie » sexualité entre elles[119]. Ces idées reçues s'inscrivent dans des généralisations de la sexualité dite « masculine »[120] et « féminine »[121]. Notre société est fortement hétérocentrée, c'est-à-dire que les couples hétérosexuels y sont la norme. Les pratiques sexuelles entre partenaires du même sexe sont donc encore parfois vues comme « anormales » voire même « amorales », ce qui explique qu'autant de connotations négatives soient attribuées aux personnes homosexuelles.

Pour finir, précisons que la réputation « d'irresponsable » est principalement due à l'ampleur du SIDA chez les homosexuel-le-s (particulièrement chez les couples gays). Rappelons que le seul moyen efficace de se protéger contre les infections sexuellement transmissibles (IST) et le SIDA lors d'une pénétration est le préservatif. Pour le sexe oral (cunnilingus et anulingus), il est nécessaire d'utiliser une digue dentaire, qui est un carré de latex qui sépare la bouche de la vulve ou de l'anus de son partenaire[122].

PISTES DE DISCUSSION

- Les homosexuel-le-s sont vu-e-s comme fêtards, dragueurs, volages, infidèles, très actif sexuellement et irresponsable
- Ces clichés ont pour point commun l'hypersexualisation des homosexuel-le-s
- Les homosexuel-le-s sont « réduits » à leur sexualité et à leur orientation sexuelle
- Notre société est hétérocentrée
- Il est nécessaire de se protéger contre les IST et le SIDA

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 1. Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire
- 14. Entre femmes, ce n'est pas vraiment faire l'amour
- 16. Les homos sont plus infidèles que les hétéros
- 19. Niveau sexe, c'est l'homme qui décide
- 20. Dans une relation sexuelle, une femme a besoin de tendresse

[119] Voir stéréotype n°14 : « Entre femmes, ce n'est pas vraiment faire l'amour », pp. 35-36.
[120] Voir stéréotypes n°1 : « Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire », pp. 7-8 et n°19 : « Niveau sexe, c'est l'homme qui décide », pp. 45-46.
[121] Voir stéréotype n°20 : « Dans une relation sexuelle, une femme a besoin de tendresse », pp. 47-48.
[122] Pour plus d'informations sur la digue dentaire, voir : FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *Les IST, mieux vaut s'en passer que se les passer*, 2010, URL : http://www.planningsfps.be/SiteCollectionDocuments/FPS_IST_Brochure_DERNIERE%20VERSION%202_DEF.pdf.

18. ACTE SEXUEL = PÉNÉTRATION

Faire l'amour sans pénétration, c'est possible ? La pénétration n'a rien d'obligatoire ! Il existe d'innombrables façons de faire l'amour, l'important est de respecter les limites de chacun-e. Puis, l'amour sans pénétration permet aussi de faire fonctionner son imagination !

Certaines personnes considèrent à tort qu'un « vrai » rapport sexuel se limite à la pénétration du pénis dans le vagin. Mais qu'entend-on réellement par « rapport sexuel » ? La relation sexuelle ne se limite pas exclusivement à la pénétration, qu'elle soit vaginale ou anale. Une fellation, un cunnilingus (c'est-à-dire la pénétration buccale ou ce qu'on appelle plus couramment le sexe oral) ou une masturbation réciproque constituent également des pratiques sexuels[123].

Tout comme les baisers et les caresses, ces actes sexuels permettent d'explorer le corps de son/sa partenaire et peuvent procurer du plaisir sexuel partagé. Ils peuvent mener à l'orgasme, mais précisons que ce dernier n'est pas la règle ni la condition à un rapport sexuel réussi[124]. Faire l'amour sans pénétration est l'occasion de fixer son attention sur les zones érogènes de son/sa partenaire. Cela permet de comprendre son propre corps et celui de l'autre, mais aussi ses envies et ses réactions[125].

Quelle que soit son orientation sexuelle, il existe donc diverses manières de faire l'amour et chacun-e a sa propre définition de la relation sexuelle. L'important est d'en faire part à son/sa partenaire afin de connaître ses désirs et ses limites.

Notons aussi que pour des raisons personnelles, les partenaires ne sont pas toujours prêt-e-s pour des pratiques sexuelles avec pénétration, qu'elle soit vaginale, anale ou buccale[126]. Dans ce cas, les caresses et la masturbation sont des façons de procurer du plaisir sexuel à son/sa partenaire et d'en ressentir également[127].

Pour terminer, précisons qu'il est primordial que les partenaires donnent leur consentement à tout acte sexuel. Selon une étude réalisée par la FCPF-FPS, 1 jeune sur 10 déclare ne pas pouvoir refuser une pratique sexuelle qui le dérange et presque 1 jeune sur 5 déclare poser

---

[123] Voir stéréotype n°5 : « Les préliminaires, c'est une perte de temps pour les mecs », pp. 17-18.
[124] Voir stéréotype n°23 : « Rapport sexuel réussi = orgasme mutuel », pp. 53-54.
[125] « 9 bonnes raisons de faire l'amour sans pénétration », sur *Trendy L'Étudiant*, 2015, URL : http://www.letudiant.fr/trendy/myself/ma-sante-ma-sexo-moi/8-bonnes-raisons-de-faire-l-amour-sans-penetration.html.
[126] Voir stéréotype n°12 : « Les garçons n'ont pas besoin d'être prêts pour perdre leur virginité », pp. 31-32.
[127] INPES – SANTÉ PUBLIQUE FRANCE, *Comment faire l'amour sans pénétration ?*, URL : http://questions-ados.inpes.fr/Comment-faire-l-amour-sans-penetration.

ce refus difficilement[128]. En aucun cas, une personne ne doit se sentir obligée ou forcée à pratiquer un acte sexuel si elle n'en manifeste pas l'envie[129].

PISTES DE DISCUSSION

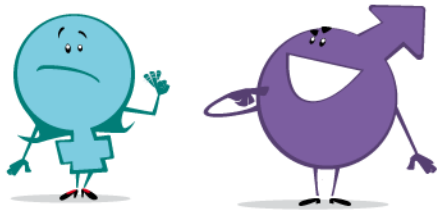
- Le rapport sexuel ne se limite pas exclusivement à la pénétration, qu'elle soit vaginale ou anale
- Sexe oral, caresses, baisers peuvent procurer du plaisir sexuel et mener à l'orgasme
- Le rapport sexuel sans pénétration permet de comprendre son propre corps et celui de l'autre
- Chacun-e a sa propre définition du rapport sexuel
- Le dialogue est essentiel afin de connaitre les désirs et les limites de son/sa partenaire
- Le consentement des partenaires avant tout acte sexuel est essentiel

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 5. Les préliminaires, c'est une perte de temps pour les mecs
- 11. Si une femme ne couche pas, elle se fera larguer ou tromper
- 12. Les garçons n'ont pas besoin d'être prêts pour perdre leur virginité
- 13. On ne perd vraiment sa virginité que lors d'un rapport hétérosexuel
- 14. Entre femmes, ce n'est pas vraiment faire l'amour
- 24. Un vrai orgasme est procuré par la pénétration vaginale

[128] HERBIGNIAUX FR. et THAI Y., *L'affirmation de soi dans les relations amoureuses et affectives chez les jeunes. Enquête menée auprès des 13-21 ans par la Fédération des Centres de Planning familial des Femmes prévoyantes socialistes*, 2006 p. 19.
[129] Voir stéréotype n°11 : « Si une femme ne couche pas, elle se fera larguer ou tromper », pp. 29-30.

19. NIVEAU SEXE, C'EST L'HOMME QUI DÉCIDE



Être une femme ne signifie pas être passive et soumise, tout comme être un homme ne veut pas dire être actif et dominant. Les femmes peuvent initier un rapport sexuel et/ou prendre les devants durant l'acte. Le dialogue est essentiel, il permet de se respecter ainsi que de connaître les envies et les limites de l'autre.

Avant tout, précisons qu'en fonction de la culture et de la religion de chacun-e, la sexualité est perçue de différentes manières. Certaines personnes véhiculent l'idée qu'en matière de sexualité, c'est l'homme qui doit prendre les initiatives. Autrement dit, dans le domaine de la sexualité, le schéma dominant (homme)/dominée (femme) devrait s'appliquer.

L'homme doit décider et la femme se laisser imposer les décisions. Ce type de représentation est notamment véhiculée dans les codes pornographiques avec la mise en scène de femme jouissant dans des rapports forcés[130]. Or, le rapport sexuel ne devrait pas être exempt d'échanges et de consentement. Puis, la prise d'initiative n'est pas une exclusivité masculine et le choix du bon moment pour avoir un rapport sexuel devrait appartenir aux deux partenaires[131].

Notons qu'il est primordial que les partenaires donnent leur consentement avant tout acte sexuel et, afin de respecter cela, le dialogue est essentiel.

Une étude française[132] montre que 81% des femmes interrogées n'ont pas honte d'exprimer leur désir. Celles-ci ont même tendance à prendre les devants et à inciter le rapport sexuel. Cette même étude met en évidence le fait qu'une femme sur quatre (26%) apprécie « dominer l'autre ». Cela prouve donc que le schéma dominant (homme)/dominée (femme) ne s'applique pas dans le domaine de la sexualité. Et ce n'est pas pour autant que ces femmes qui apprécient prendre les devants ne sont pas respectables !

Pour finir, ce n'est pas parce qu'une femme exprime ses désirs en matière de sexualité, prend des initiatives et aime faire l'amour, qu'elle doit être perçue négativement. Toute

---

[130] CRIPS, « L'empreinte du genre dans la sexualité », sur *Crips, informer, prévenir, former*, URL : http://www.lecrips-idf.net/informer/dossier-thematique/dossier-genre/empreinte-genre-sexualite.htm.

[131] BODOC CL., « 16 mensonges sur le sexe qu'il faut arrêter d'enseigner aux garçons », sur *MadmoiZelle*, 2016, URL : http://www.madmoizelle.com/mensonges-sexe-garcons-251852.

[132] IPSOS, *Sexualité : de quoi les femmes ont-elles vraiment envie ?*, 2014, URL : http://medias.psychologies.com/habillage/sondage/Rapport-Sexualites-Francaises-Mars-2014.pdf.

personne, homme comme femme, est libre de prendre des décisions, et ce dans n'importe quel domaine de la vie de tous les jours[133].

PISTES DE DISCUSSION

- En matière de sexualité, et comme dans tous les domaines de la vie, le schéma dominant (homme)/dominée (femme) ne doit pas s'appliquer
- En matière de sexualité, les notions d'échange et de consentement sont essentielles
- Toute personne est libre de prendre des initiatives en matière de sexualité mais aussi dans tous les autres domaines de la vie quotidienne

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 6. Une femme qui aime le sexe est une salope
- 7. Une fille qui montre que quelqu'un lui plaît cherche à avoir un rapport sexuel
- 8. Une femme qui accumule les coups d'un soir est une nympho

[133] Voir stéréotype n°6 : « Une femme qui aime le sexe est une salope », pp. 19-20.

20. Dans une relation sexuelle, une femme a besoin de tendresse

On considère trop souvent qu'un homme doit être fort et puissant et qu'une femme doit être douce et délicate. Mais en matière de sexualité, comme dans d'autres domaines d'ailleurs, certains hommes apprécient la tendresse et certaines femmes la force. Avec consentement bien entendu !

Cette idée reçue renvoie aux différences entre la perception de la sexualité masculine (liée à la force et aux besoins sexuels[134]) et féminine (liée à la conjugalité et à la douceur). Cela s'inscrit dans la pensée globale que les hommes accordent plus d'importance au sexe[135], et les femmes à l'amour[136]. Il s'agit donc là d'une nouvelle généralité de goûts dépendant du sexe de la personne et non de sa personnalité.

Pourtant, chacun-e peut apprécier des rapports sexuels tendres, homme comme femme. De la même façon, il est aussi possible d'aimer à la fois la tendresse et la force. Selon les moments et les situations, il est possible d'avoir envie de rapports sexuels très tendres et, dans d'autres circonstances, d'apprécier plus de « bestialité ».

En poussant cette réflexion à l'extrême, le succès de la série de livres *50 nuances de Grey*[137] atteste que les femmes peuvent également fantasmer sur des rapports plus brutaux[138]. Il existe peu de chiffres démontrant le nombre de personnes pratiquant le sado-masochisme mais selon une enquête australienne, 3% des personnes interrogées ont répondu par l'affirmative (1,8% des hommes et 1,2% des femmes)[139]. La différence entre les hommes et les femmes est donc loin d'être significative !

---

[134] Voir stéréotype n°1 : « Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire », pp. 7-8.
[135] Voir stéréotype n°3 : « Les hommes pensent tout le temps au sexe », pp. 13-14.
[136] Voir stéréotypes n°6 : « Une femme qui aime le sexe est une salope », pp. 19-20 et n°8 : « Une femme qui accumule les coups d'un soir est une nympho », pp. 23-24.
[137] James E. L., *50 nuances de Grey*, Paris, 2014. Il est toutefois important de rester attentifs aux très nombreux stéréotypes de genre véhiculés dans ces ouvrages. À ce sujet, voir Van Erps N., « 50 nuances de Grey : la fessée des féministes », dans *Femmes Plurielles* 42, juin 2013, p. 23, URL : http://www.femmesprevoyantes.be/SiteCollectionDocuments/fp/FP-42.pdf.
[138] Hubin A., « 50 nuances de Grey a-t-il changé la sexualité des femmes », dans *DH.net*, 21 février 2016, URL : http://www.dhnet.be/lifestyle/relations/50-nuances-de-grey-a-t-il-change-la-sexualite-des-femmes-56c587363570 0f74a6e226c6.
[139] Richters J. et al., « Demographic and psychosocial features of participants in bondage and discipline, "sadomasochism" or dominance and submission (BDSM): data from a national survey », dans *The Journal of sexual medicine* 5, juillet 2008, URL : http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18331257.

Il est important de préciser que, comme pour toutes les pratiques sexuelles, le consentement des partenaires est indispensable. Si les partenaires souhaitent plus de tendresse ou au contraire plus de « bestialité » dans leur sexualité, que ce soit de façon constante ou ponctuelle, selon les circonstances, il est nécessaire d'en parler.

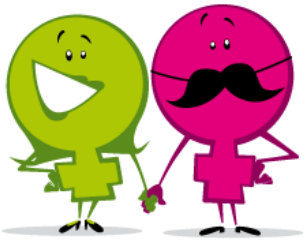
PISTES DE DISCUSSION

- La sexualité masculine est perçue comme liée à des besoins et à la recherche du plaisir tandis que la sexualité féminine est liée à l'affectivité et à la conjugalité
- Chacun-e peut apprécier des rapports sexuels tendres
- Il est possible d'aimer à la fois la tendresse et la force, selon les moments ou les circonstances
- Les femmes peuvent fantasmer de rapports sado-masochistes
- Le consentement des partenaires est indispensable

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 1. Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire
- 3. Les hommes pensent tout le temps au sexe
- 6. Une femme qui aime le sexe est une salope
- 8. Une femme qui accumule les coups d'un soir est une nympho

21. DANS LES RAPPORTS HOMOSEXUELS, L'UN-E « FAIT » LA FILLE, L'AUTRE LE MEC



Et pourquoi donc ? Parce que dans une « vraie » relation sexuelle, il faudrait un homme et une femme ? Cela renvoie également à l'idée que dans un rapport, il faut y avoir un dominant (celui qui « fait le mec », évidemment) et un dominé, ce qui est faux ! Et puis, c'est quoi « faire la fille » ou « faire le mec » ?

D'après une enquête menée par la FCPF-FPS, 54% des jeunes de 13 à 21 ans interrogés sont d'accord avec cette affirmation[140]. Si cette idée reçue est si répandue c'est parce que notre société est hétérocentrée, c'est-à-dire que les couples hétérosexuels constituent la norme. Ainsi, la réflexion la plus réductrice consiste à considérer que dans tout couple, il doit y avoir un homme et une femme. Vu que ce n'est pas le cas dans les couples homosexuels, certain-e-s pensent à tort que l'un-e des partenaires prend le « rôle masculin » et l'autre le « rôle féminin ».

Ce stéréotype s'applique dans toutes les sphères de la vie quotidienne et sexuelle. Sur le plan de la vie de tous les jours, l'un-e des partenaires serait en charge des tâches traditionnellement « féminines » et l'autre des « masculines »[141], comme le dénonce le témoignage suivant : « Ils vont souvent poser des questions à savoir : « Qui fait la bouffe ? Qui fait le ménage ? Qui sort les vidanges ? ». Genre ils nous regardent et ils disent : « Ça doit être toi qui fais ça, parce que c'est toi qui as l'air plus gars » »[142].

Sur le plan sexuel, cela renvoie aux rapports de domination : cela s'illustre par exemple par l'opposition entre le/la « pénétrant-e » et le/la « pénétré-e »[143]. Il est important de

---

[140] FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *La perception de l'homosexualité chez les jeunes de 13 à 21 ans*, 2007, p. 25, URL : http://www.planningsfps.be/sitecollectiondocuments/cpfenquetehomosexualite.pdf.

[141] CLAUDE FR., « Le genre, ce sont (surtout) des rapports sociaux », *Analyses FPS*, 2014, URL : http://www.femmesprevoyantes.be/SiteCollectionDocuments/analyses/2014/genre%20et%20justice%20sociale.pdf.

[142] CHAMBERLAND L., *Stéréotypes et préjugés. Rapport synthèse de recherche*, 2007, p. 4, URL : http://homophobie.ccdmd.qc.ca/medias/pdfs/homophobie_stereotype.pdf.

[143] Voir stéréotypes n°19 : « Niveau sexe, c'est l'homme qui décide », pp. 45-46 et n°20 : « Dans une relation sexuelle, une femme a besoin de tendresse », pp. 47-48.

souligner que pour avoir une sexualité épanouie, il n'est absolument pas obligatoire d'avoir pour partenaire quelqu'un du sexe opposé. Il existe de très nombreuses autres façons de faire l'amour que la pénétration vaginale par le pénis[144]. Marina Castañeda, auteure de *Comprendre l'homosexualité*[145] précise d'ailleurs que les pratiques sexuelles les plus répandues chez les lesbiennes sont « la pénétration vaginale avec la main, le cunnilingus ainsi que les caresses clitoridiennes et le frottement des régions génitales »[146]. Inutile de « faire l'homme » ni de « faire la femme » pour cela[147] ! Rappelons également que des sex-toys en forme de phallus peuvent être utilisés par tous (hommes comme femmes, hétéros comme homos)[148]. En utiliser ne revient donc pas à « faire l'homme » ! Il est nécessaire de se détacher de cette image hétérocentrée et hétéronormée rendant difficile la compréhension d'un couple de même sexe au travers de la complémentarité homme/femme et des schémas hétérosexuels traditonnels[149]. Chacun-e a ses propres envies et est libre de suivre ses propres codes en matière de sexualité (et dans tous les domaines de la vie quotidienne).

PISTES DE DISCUSSION

- Notre société est hétérocentrée
- Dans la vie quotidienne, l'un-e des partenaires serait en charge des tâches traditionnellement « féminines », l'autre des « masculines »
- Dans la vie sexuelle, cela s'illustre dans le rapport de domination
- Il y a bien d'autres façons de faire l'amour que la pénétration vaginale par le pénis : inutile donc de « faire » la femme et l'homme
- Chacun-e est libre de suivre ses propres codes en matière de sexualité

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 14. Entre femmes, ce n'est pas vraiment faire l'amour
- 18. Acte sexuel = pénétration
- 19. Niveau sexe, c'est l'homme qui décide
- 20. Dans une relation sexuelle, une femme a besoin de tendresse
- 30. Les femmes deviennent lesbiennes parce qu'elles ne plaisent pas aux hommes

[144] Voir stéréotype n°18 : « Acte sexuel = pénétration », pp. 43-44.
[145] CASTAÑEDA M., *Comprendre l'homosexualité*, Paris, 2003.
[146] *Être gay, ça se voit ?*, Arte TV, URL : http://easycomingout.arte.tv/fr/gay-visible-invisible/cliches-femmes-lesbiennes/.
[147] Voir stéréotype n°14 : « Entre femmes, ce n'est pas vraiment faire l'amour », pp. 35-36.
[148] *Ibid.*
[149] CHAMBERLAND L. et THÉROUX-SÉGUIN J., « Sexualité lesbienne et catégories du genre. L'hétéronormativité en milieu de travail », dans *Genre, sexualité & société*, 2009, URL : https://gss.revues.org/772.

22. SEULES LES FILLES SIMULENT

Certains hommes aussi peuvent simuler ! Les hommes comme les femmes peuvent ressentir de l'excitation et du plaisir lors d'un rapport sexuel sans avoir d'orgasme. C'est la pression pour l'atteindre qui pousse les hommes et les femmes à simuler, alors que l'orgasme n'est absolument pas obligatoire !

Comme on peut parfois l'entendre, les femmes simuleraient souvent durant un rapport sexuel. Il s'agit là d'une idée reçue, et elle est tout aussi fausse que celle affirmant que les hommes ne peuvent pas simuler sexuellement. Car il leur arrive de le faire[150] !

Mais comment font-ils pour simuler ? Ce n'est pas aussi compliqué qu'il y paraît. Certaines femmes affirment ne pas ressentir l'éjaculation de leur partenaire lors d'un rapport sexuel. Du coup, quelques gémissements, quelques rugissements de la part de l'homme et le tour est joué. En effet, d'après certains hommes, les femmes n'y verraient que du feu ! C'est d'autant plus le cas lors de l'utilisation d'un préservatif puisque celui-ci retient le sperme, il n'y a donc aucun contact entre le sperme et le vagin.

Comme en témoigne un homme dans le livre *Sea, Sex and Sun*[151], ce n'est pas difficile de simuler pour un homme : « Il m'est arrivé de simuler [...] je lui glisse deux ou trois gémissements plus « appuyés » [...] je lui fais croire, en effectuant un profond mouvement de va-et-vient, de plus en plus vite, jusqu'à ce qu'elle pense que j'ai éjaculé, puis, je reste dans cette position, le pénis profond en elle, jusqu'à ce qu'il débande. »

Une enquête française[152] a mis en évidence les diverses raisons pour lesquelles les hommes pouvaient simuler :

- Pour faire monter l'excitation : pour se mettre en condition, certains hommes commencent à simuler afin de se motiver et de tenir l'érection.
- Pour cacher un manque de forme : simuler permet à certains hommes de maintenir leur érection le temps que leur partenaire soit satisfait-e car ils sont trop fatigués et/ou que l'envie n'est pas totalement présente[153].
- Pour augmenter le désir : pour certains, le désir est plus important et jouissif que l'orgasme en lui-même. C'est pourquoi ils simulent afin de maintenir leur désir sexuel et celui de leur partenaire le plus longtemps possible[154].

---

[150] Voir stéréotype n°21 : « Les hommes ont toujours envie et sont toujours prêts à faire l'amour », pp. 49-50.
[151] ADAM G. et DUFOUR A., *Sea, Sex and Sun*, Paris, 2003, p. 111.
[152] *Ibid.*, pp. 112-120.
[153] Voir stéréotype n°11 : « Les hommes pensent tout le temps au sexe », pp. 29-30.

- Pour mettre fin à un rapport sexuel peu palpitant : certains hommes simulent un orgasme afin de mettre un terme au rapport sexuel car il n'est pas satisfaisant pour eux.
- Pour camoufler une éjaculation trop rapide : ils continuent alors à faire des va-et-vient afin de garder une semi-érection , en espérant arriver à satisfaire leur partenaire. Ils se sentent obligés de simuler pour que leur partenaire ne soit pas déçu-e par la durée réelle de la relation sexuelle.
- Pour aider leur partenaire à atteindre l'orgasme : certains hommes expliquent avoir déjà simulé pour « aider » leur partenaire à jouir. Une fois qu'ils sentent le plaisir de l'autre monter ils simulent l'orgasme pour inciter l'autre à jouir également.
- Pour que leur partenaire soit comblé-e : certains hommes disent avoir déjà simulé lors d'une relation sexuelle avec un-e partenaire qui ne leur plaisait pas réellement mais qu'ils ne voulaient pas blesser[155].

Ces observations ont été confirmées par une étude de l'Université du Québec à Montréal[156] qui a révélé que, sur 230 hommes interrogés âgés entre 18 et 29 ans, la majorité avoue avoir déjà simulé lors d'un rapport sexuel sur quatre, et principalement durant le sexe vaginal. Cela arrive également durant le sexe oral, anal et lors de la masturbation par le partenaire. Quel que soit le type de rapport sexuel, il peut arriver, tant du côté des hommes que du côté des femmes, de simuler pour des raisons diverses qui leur appartiennent.

PISTES DE DISCUSSION

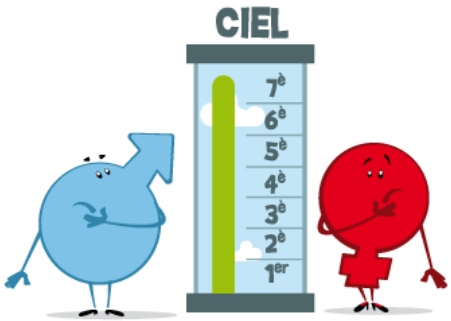
- Les hommes également simulent
- Les éventuelles raisons de la simulation
- Simuler car il faut atteindre l'orgasme

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 11. Les hommes pensent tout le temps au sexe
- 21. Les hommes ont toujours envie et sont toujours prêts à faire l'amour
- 26. Rapport sexuel réussi = orgasme mutuel.

[154] INSERM, CNRS et INED, *Analyse des comportements sexuels en France (ACSF)*, Paris, 1992, p. 15.
[155] SOLANO C., « Sexualité : les hommes simulent aussi », sur *E-Santé (en ligne)*, 2003, URL : http://www.e-sante.fr/sexualite-hommes-simulent-aussi/actualite/1654.
[156] VAN IMPE L., « Les hommes simulent plus que les femmes », dans *7sur7 (en ligne)*, 2016, URL : http://www.7sur7.be/7s7/fr/1520/Sexe-Relations/article/detail/2679611/2016/04/18/Les-hommes-simulent-plus-que-les-femmes.dhtml.

23. RAPPORT SEXUEL RÉUSSI = ORGASME MUTUEL



Ce n'est pas parce qu'il n'y a pas d'orgasme qu'il n'y a pas de plaisir. L'orgasme n'est ni la règle ni l'objectif d'un rapport sexuel réussi. Les caresses, les préliminaires, l'excitation peuvent procurer du plaisir même s'ils n'aboutissent pas à un orgasme chez l'un ou l'autre partenaire. Relation sexuelle réussie = plaisir sexuel partagé (avec ou sans orgasme).

Avant tout, il apparaît important de définir ce qu'est l'orgasme. Selon *Le Larousse*, l'orgasme constitue le point culminant et le terme de l'excitation sexuelle, caractérisé par des sensations physiques intenses[157]. Autrement dit, l'orgasme est le réflexe du plaisir et de l'excitation propre à chaque individu. Il provoque un plaisir intense difficile à décrire[158].

La société véhicule l'idée que pour avoir une sexualité épanouie, il faudrait obligatoirement ressentir un orgasme lors de chaque rapport sexuel. L'orgasme a d'ailleurs sa journée mondiale, le 21 décembre, ce qui démontre à quel point la société le met sur un piédestal[159]. La norme serait donc de « jouir à tout prix », autrement dit, l'orgasme serait l'objectif principal de toute relation sexuelle. Selon une étude française[160], l'orgasme simultané est d'ailleurs une attente relativement répandue (36 % de la population). Cette pensée est davantage présente chez les hommes (42 %) que chez les femmes (30 %). Cependant, une étude de l'Ifop montre que 13% des femmes en couple n'atteignent jamais l'orgasme en même temps que leur partenaire[161]. Ce chiffre démontre que l'orgasme mutuel n'est pas atteint au terme de chaque rapport sexuel et ce n'est pas pour autant que le plaisir sexuel n'est pas partagé.

---

[157] « Orgasme », dans *Le Larousse (en ligne)*, URL : http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/orgasme/56448.

[158] BACOUËL A., « *Orgasme : stimulez votre prostate ! L'éjaculation n'est pas la seule source de plaisir* », dans *L'Obs Le Plus (en ligne)*, 2015, URL : http://leplus.nouvelobs.com/contribution/1410380-orgasme-stimulez-votre-prostate-l-ejaculation-n-est-pas-la-seule-source-de-plaisir.html.

[159] MATEUS CHR., « Plaisir féminin : halte aux idées reçues », dans *Le Parisien (en ligne)*, 2016, URL : http://www.leparisien.fr/laparisienne/sante/plaisir-feminin-halte-aux-idees-recues-04-07-2016-5937743.php#xtref=https%3A%2F%2Fwww.google.nl%2F.

[160] COLSON M.-H. et LEMAIR A., « Les points cardinaux de la sexualité. Enquête sur la sexualité des Français en 2004 », dans *Médecine sexuelle* 1, 2006, p. 23, URL : http://www.sfms.fr/prod/data/bulletins/medecinesexuelle01.pdf#page=24.

[161] IFOP, *Les Françaises et l'orgasme. Enquête publiée à l'occasion de la journée mondiale de l'orgasme*, 2014, p. 19, URL : http://www.ifop.com/media/poll/2886-1-study_file.pdf.

De plus, selon une enquête réalisée par l'Ifop[162], 8 Françaises sur 10 sexuellement actives admettent avoir eu des difficultés à jouir. Mais ce n'est pas pour autant qu'elles n'ont pas ressenti de plaisir. Certaines femmes sont d'ailleurs épanouies sexuellement tout au long de leur vie sans jamais avoir ressenti d'orgasme et ce n'est pas pour autant qu'elles ont forcément des troubles sexuels à régler.

Pour conclure, lors d'un rapport sexuel, soit aucun des partenaires n'a d'orgasme, soit les deux partenaires en ont un, soit il se manifeste chez l'un ou chez l'autre. Selon Marjorie Cambier, « faire l'amour c'est avant tout un moment de complicité, d'érotisme, de sensualité, de plaisir avec son/sa partenaire »[163]. L'orgasme n'est donc pas une fin en soi et il y a autant de sexualités que d'individus. Faire l'amour c'est ressentir et donner du plaisir à son/sa partenaire avec son corps, ses zones érogènes, ses organes génitaux, par des caresses, des baisers, des frottements, des pénétrations, etc[164]. Les désirs et les zones érogènes sont propres à chaque individu.

PISTES DE DISCUSSION

- L'orgasme constitue le point culminant et le terme de l'excitation sexuelle
- L'orgasme est propre à chaque individu
- L'orgasme mutuel n'est pas la règle pour un rapport sexuel réussi
- L'orgasme mutuel ne constitue pas l'objectif principal de toute relation sexuelle
- Selon une étude de l'Ifop, 13% des femmes en couple n'atteignent jamais l'orgasme en même temps que leur partenaire
- Les caresses, les préliminaires et l'excitation peuvent procurer du plaisir à l'autre
- L'orgasme peut soit ne pas être au rendez-vous, soit être ressenti par chacun-e des partenaires, soit par un seul des partenaires

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 22. Seules les femmes simulent

[162] « 8 femmes sur 10 ont du mal à atteindre l'orgasme », sur *Medisite*, 2014, URL : http://www.medisite.fr/a-la-une-8-femmes-sur-10-ont-du-mal-a-atteindre-lorgasme.751533.2035.html.
[163] PRÉVENTION SANTÉ, *Le plaisir, avec ou sans orgasme ?*, URL : http://www.prevention-sante.eu/actus/le-plaisir-avec-ou-sans-orgasme.
[164] INPES – SANTÉ PUBLIQUE FRANCE, *C'est quoi le plaisir sexuel ?*, URL : http://questions-ados.inpes.fr/C-est-quoi-le-plaisir-sexuel.

24. UN VRAI ORGASME EST PROVOQUÉ PAR LA PÉNÉTRATION VAGINALE

Caresses, baisers, pénétration, etc. peuvent entraîner un orgasme féminin. Certains hommes se sentent plus virils lorsqu'ils procurent un orgasme à leur partenaire grâce à une pénétration de leur pénis. Mais pour certaines femmes, l'orgasme par stimulation clitoridienne est plus intense! D'ailleurs, peu importe la façon dont on l'atteint, tant qu'on ressent du plaisir !

La société, la médecine et les médias ont une vision androcentrée (centrée sur l'homme) de la sexualité[165]. La domination masculine transparaît en matière de sexualité, comme dans tous les autres domaines de la vie, avec « l'obligation des rapports hétérosexuels – en vue du plaisir masculin et/ou de la reproduction – ainsi que des comportements, attendus actifs chez les hommes et passifs chez les femmes »[166]. Ainsi, le plaisir féminin dépendrait uniquement du pénis lors de la pénétration dans le vagin[167]. Nous serions donc dans une configuration exclusivement vaginale du plaisir féminin[168]. Pourtant, de nombreuses études scientifiques prouvent que le plaisir sexuel féminin dépend essentiellement du clitoris.

Mais, qu'entend-on par « vrai » orgasme ? L'orgasme est un ressenti personnel. Chez les hommes, il accompagne généralement l'éjaculation et est suivi d'un relâchement agréable de tout le corps. Chez les femmes, il est variable et personnel. Certaines ressentent des secousses, des spasmes intérieurs, d'autres un grand relâchement. Dans tous les cas, il s'agit de sensations de plaisir[169]. Puis, la pénétration vaginale n'est pas la condition nécessaire à l'orgasme. Le sexe oral (cunnilingus ou anulingus), les caresses, les baisers, la masturbation (seule ou à deux) peuvent aussi procurer du plaisir sexuel et mener à l'orgasme.

Notons aussi que l'orgasme n'est pas la règle pour un rapport sexuel réussi[170].

En ce qui concerne spécifiquement l'orgasme féminin, tout d'abord, il apparaît important de préciser que c'est le clitoris et non le vagin qui constitue l'organe du plaisir féminin. Le clitoris possède 8.000 terminaisons nerveuses au niveau du gland. C'est l'organe le plus

---

[165] FEMMES PRÉVOYANTES SOCIALISTES EN COLLABORATION AVEC LA FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *À la recherche du plaisir : Petit guide pour découvrir le clitoris*, URL : http://urlz.fr/44QZ.

[166] GILLET J., « *Le plaisir féminin : tabou de société ?* », *Études FPS*, 2011, URL : http://www.femmesprevoyantes.be/outils-publication/etudes/Sexualite-corps/Pages/Leplaisirfeminin.aspx.

[167] Voir stéréotype n°18 : « Acte sexuel = pénétration », pp. 43-44.

[168] SCHULLERS J., « *Positions sexuelles : la pénétration sinon rien* », dans *Nouvel Obs Le Plus (en ligne)*, 2011, URL : http://urlz.fr/44QY.

[169] BRENOT P., *Le journal d'Arthur et Chloé : L'amour et la sexualité expliqués aux ados*, Paris, 2004.

[170] Voir stéréotype n°23 : « Rapport sexuel réussi = orgasme mutuel », pp. 53-54.

sensible que l'on puisse trouver chez l'être humain. Pour comparaison, le gland du pénis en possède 6.000. Le gland du clitoris réagit lorsqu'il est stimulé, même si cette réaction est peu visible. Le clitoris fait partie des principales zones érogènes des femmes. Il peut être stimulé par la femme elle-même, lors de la masturbation ou par son/sa partenaire[171]. Cette stimulation procure du plaisir et peut permettre d'atteindre l'orgasme. À noter qu'il existe de nombreuses techniques qui permettent de stimuler le clitoris : les frottements, les caresses, avec la langue (cunnilingus), les doigts, le sexe, un objet (sex-toy), etc. Les ressentis de chacun-e étant différents, tout le monde peut découvrir ce qui lui plaît le plus.

On a tendance à distinguer l'orgasme clitoridien et l'orgasme vaginal, mais en réalité, « l'orgasme vaginal et l'orgasme clitoridien ont en fait la même origine clitoridienne, simplement le clitoris est stimulé de façon différente. Les voies neurologiques et même peut-être vasculaires, qui arrivent jusqu'au cerveau pour déclencher l'orgasme, qui reste et demeure un phénomène cérébral, peuvent être stimulées de différentes façons [172]».

Pour finir, lors de la pénétration du vagin par le pénis, il est essentiel de se protéger contre les IST et le SIDA (via le préservatif) et contre les grossesses non désirées (pilule, anneau vaginal, patch, implant, etc.). Pour tous les autres actes sexuels, le préservatif est le meilleur moyen de protection contre les IST et le SIDA. Pour les rapports buccaux (cunnilingus et anulingus), il existe aussi des digues dentaires (carrés de latex à disposer sur la vulve ou sur l'anus)[173].

PISTES DE DISCUSSION

- La société véhicule l'idée que le plaisir féminin dépendrait uniquement du pénis
- La pénétration vaginale n'est pas la condition nécessaire à l'orgasme
- D'autres pratiques sexuelles peuvent aussi procurer du plaisir
- Le clitoris est l'organe du plaisir féminin et non le vagin
- Le clitoris fait partie des principales zones érogènes des femmes
- Quel que soit le type de rapport sexuel, il faut se protéger contre les IST et le VIH

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 18. Acte sexuel = pénétration
- 23. Rapport sexuel réussi = orgasme mutuel
- 27. Les filles ne se masturbent pas

[171] Voir stéréotype n°27 : « Les filles ne se masturbent pas », pp. 61-62.
[172] Intervention d'Odile Buisson à la soirée débat du 21 septembre 2011 « Cacher ce clitoris : Le plaisir féminin, tabou de société ? », FEMMES PRÉVOYANTES SOCIALISTES, *Le clitoris, anatomie d'une polémique*, 2011, p. 9, URL : http://www.femmesprevoyantes.be/SiteCollectionDocuments/Compte-rendu.pdf.
[173] FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *Virgini-Dé, Une brochure-outil sur la virginité*, 2009, p. 17, URL : http://www.planningsfps.be/sitecollectiondocuments/cpfbrochurevirginite.pdf.

25. UNE FILLE EN MINI-JUPE A ENVIE D'AVOIR UN RAPPORT SEXUEL

Un mec qui se balade en short et torse nu veut-il qu'on lui saute dessus ? Non ! Alors pourquoi serait-ce le cas pour une fille ? Cette croyance est l'une des premières causes du harcèlement de rue dont les filles sont victimes. Les choix vestimentaires d'une personne ne reflètent pas son appétit sexuel !

Le harcèlement de rue, c'est-à-dire le harcèlement sexuel dans les lieux publics (rues, transports en commun, parcs, etc.) est un phénomène dont quasiment toutes les femmes sont victimes à un moment ou à un autre de leur vie. Et pas uniquement celles habillées de façon sexy ! Quels que soient leur âge, leur physique ou encore leur tenue, toutes les femmes peuvent y être confrontées.

Beaucoup de personnes confondent drague et harcèlement. Ce qui les distingue est que l'une est une forme de séduction qui peut aboutir sur une conversation sympathique, tandis que l'autre naît d'une situation où le destinataire affiche son refus, ce qui n'empêche cependant pas la personne d'insister[174].

Le harcèlement dans l'espace public peut prendre diverses formes : sifflements, bruits divers, commentaires déplacés, insultes, contacts physiques (attouchements à caractère sexuel, frottements, etc.), exhibitionnisme et bien d'autres comportements déplacés.

Le prétendu lien entre choix vestimentaires et désirs de relations sexuelles doit être replacé dans un contexte plus global : celui de la culture du viol[175].

Sous cette expression se cache la banalisation du viol et, plus largement, de diverses formes de violences sexuelles, dont le harcèlement. Que ce soit dans l'art, dans la publicité ou encore dans les récits de fiction (notamment les mythes et textes sacrés), les scènes de viol sont omniprésentes. La culture du viol est alimentée et légitimée par différentes idées reçues en matière de violences sexuelles :

- « Quand une femme dit non, elle veut en réalité dire oui »[176]

[174] FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *Le petit guide illustré du respect dans la rue (ou ailleurs)*, 2014, p. 4, disponible en ligne : http://www.planningsfps.be/SiteCollectionDocuments/Petit%20guide_Janvier.pdf.

[175] CLAUDE FR., « La culture du viol, ou l'autorisation tacite de violer », *Analyses FPS*, 2015, URL : http://www.femmesprevoyantes.be/SiteCollectionDocuments/analyses/2015/culture-du-viol.pdf.

- « Elle a accepté de boire un verre chez lui, elle ne doit pas s'étonner qu'il l'ait violée »[177]

L'idée qu'une fille habillée sexy a envie d'avoir un rapport sexuel s'inscrit dans cette même logique où les désirs de la femme passent au second plan. Soit parce qu'ils ne sont soi-disant pas ceux qu'elle prétend (« au fond, elle en est flattée mais elle n'ose pas l'avouer »), soit parce que ceux de l'agresseur prennent plus de place (car le harcèlement, c'est avant tout une intrusion dans la sphère personnelle de la victime et sa zone de confort).

Réfléchir de la sorte revient à assimiler la femme à un objet sexuel et à considérer qu'elle est responsable des pulsions que l'homme se doit de satisfaire[178]…

PISTES DE DISCUSSION

- Considérer qu'il y a un lien entre choix vestimentaire et envies sexuelles est l'une des causes du harcèlement de rue
- Le harcèlement de rue concerne quasiment toutes les femmes
- La drague et le harcèlement sont deux choses distinctes
- La culture du viol
- Les désirs de la femme passent au second plan

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 1. Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire
- 3. Les hommes pensent tout le temps au sexe
- 4. Les hommes sont toujours prêts et ont toujours envie de faire l'amour
- 7. Une fille qui montre que quelqu'un lui plaît cherche à avoir un rapport sexuel
- 26. Quand une femme dit « non », elle veut en réalité dire « oui »

[176] Voir stéréotype n°26 : « Quand une femme dit non, elle veut en réalité dire oui », pp. 59-60.
[177] À ce sujet, voir le site internet de la FCPF-FPS consacré aux violences sexuelles, rubrique « Pourquoi y a-t-il tant de viols ? » : http://www.planningsfps.be/activites/Violences-sexuelles/Le-viol/Pages/pourquoi-y-a-t-il-tant-de-viols.aspx.
[178] Voir stéréotype n°1 : « Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire », pp. 7-8.

26. QUAND UNE FEMME DIT « NON », ELLE VEUT EN RÉALITÉ DIRE « OUI »

Quand c'est « non », c'est « non » ! Un « non » exprimé par un homme ou par une femme marque un refus clair. Une personne qui dit « non » ne veut pas *en réalité* se faire désirer. Elle n'a tout simplement pas envie d'avoir une relation sexuelle pour une raison qui lui est propre !

Une femme ne dit pas « non » pour se faire désirer ou pour passer pour une femme respectable et indépendante. Il n'y a aucun sens caché sous ce refus. Cette question ne se pose pas quand les hommes disent « non ». Contrairement à ce que l'on peut croire, les hommes ne sont pas toujours « partants » pour un rapport sexuel à n'importe quel moment. Il leur arrive également de refuser un rapport sexuel pour diverses raisons : problèmes familiaux/professionnels, stress, fatigue ou d'autres. De plus, il apparaîtrait que les hommes osent de plus en plus dire « non » à un rapport sexuel proposé par le/la conjoint-e[179] mais également que les femmes font plus d'avances.

Il est clair qu'un « non » signifie « non ». Néanmoins, dans certains cas, des personnes peuvent accepter des choses, ou du moins ne pas les refuser clairement, par sentiment d'obligation. En effet, certaines femmes en couple (plus fréquemment que les hommes) ont des rapports sexuels avec leur partenaire car elles pensent y être obligées. Dans ce genre de situation, c'est la notion de « devoir conjugal » qui est invoquée. Il s'agit d'une notion établissant, qu'au sein un couple marié, les partenaires doivent entretenir une relation intime et sexuelle. Bien entendu, cette notion est dépassée et n'a plus rien d'officiel, elle n'est désormais plus inscrite dans le Code civil[180]. En aucun cas, une personne n'est obligée ou ne doit se sentir forcée d'entretenir des relations sexuelles avec une autre personne. Les conséquences peuvent être considérables : dégoût de soi-même, rejet des autres, isolement, sentiment de honte, sentiment d'être « sale » ou « sali-e », perte du désir sexuel, etc.

---

[179] Voir stéréotypes n°3 : « Les hommes pensent tout le temps au sexe », pp. 13-14 et n°4 : « Les hommes ont toujours envie et sont toujours prêts à faire l'amour », pp. 15-16.

[180] « Dans la partie du Code civil consacrée aux mariages, il n'y a aucune mention du devoir conjugal et le viol conjugal est condamné par la loi depuis 1989 », http://www.planningsfps.be/activites/Violences-sexuelles/Le-viol/Pages/le-viol-conjugal.aspx (FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, « Le viol conjugal », sur *www.infoviolencessexuelles.be*, 2016.).

Dans le cadre de ce stéréotype du « non » qui veut dire « oui », il nous paraît important d'aborder la notion de « viol conjugal »[181]. Il s'agit d'une situation où l'un des partenaires refuse d'avoir un rapport sexuel avec l'autre mais où celui-ci l'y force quand même[182]. Dans de nombreux cas, le partenaire a clairement marqué son opposition mais l'autre ne l'a pas prise en considération car certaines personnes considèrent à tort qu'il est du devoir de la femme de satisfaire son mari au niveau sexuel, qu'elle le veuille ou non. Dans d'autres cas, le/la partenaire violé-e était inconscient-e[183].

Malheureusement, ce sujet reste très tabou dans nos sociétés. Il est peu mis en évidence et surtout mal compris ou méconnu de certains. Plusieurs personnes ne savent pas qu'elles sont victimes de viol conjugal car l'auteur est leur partenaire et qu'il apparaît « normal » de faire l'amour avec lui/elle même si l'envie n'est pas présente[184]. Cela peut être expliqué par le mythe de la culture du viol , qui désigne la banalisation des viols : « une femme qui dit non veut en fait dire oui », « elle a accepté de boire un verre chez lui, donc elle ne doit pas s'étonner qu'il l'ait violée »[185], etc. Ces différents clichés participent à la légitimation du viol[186]. Comme nous le répétons depuis le début, un « non » est un « non ». Peu importe si ce jour-là, la victime a bu un verre avec l'auteur, si elle l'a embrassé ou même si elle a, à un moment donné, envisagé d'avoir des relations sexuelles avec lui. Si elle refuse ses avances, c'est son choix et il ne doit pas être remis en question.

PISTES DE DISCUSSION

- « Non » c'est « non »
- Il n'y a pas de sens caché derrière un « non »
- Les hommes aussi disent « non »
- Notions de devoir conjugal et de viol conjugal
- La culture du viol

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 3. Les hommes pensent tout le temps au sexe
- 4. Les hommes ont toujours envie et sont toujours prêts à faire l'amour
- 7. Une fille qui montre que quelqu'un lui plait cherche à avoir un rapport sexuel

---

[181] *Ibid.*

[182] RAMBERT M., « Stop au viol conjugal », dans *Psychologies (en ligne)*, 2011, URL : http://www.psychologies.com/Planete/Societe/L-actu-decryptee/Articles-et-dossiers/Stop-au-viol-conjugal.

[183] MELISSA, « J'ai été victime de viol conjugal », sur *MadmoiZelle (en ligne)*, 2014, URL : http://www.madmoizelle.com/victime-viol-conjugal-temoignage-259893.

[184] LERICHE A., « Petite histoire du viol conjugal et de la honte », dans *Le Sociographe* 27, 2008, p. 86, URL : https://www.cairn.info/revue-le-sociographe-2008-3-page-85.htm.

[185] Voir le stéréotype n°7: « Une fille qui montre que quelqu'un lui plaît cherche à avoir un rapport sexuel », pp. 21-22.

[186] CLAUDE FR., « La culture du viol, ou l'autorisation tacite de violer », *Analyses FPS*, 2015, URL : http://www.femmesprevoyantes.be/SiteCollectionDocuments/analyses/2015/culture-du-viol.pdf.

27. LES FILLES NE SE MASTURBENT PAS

60% des femmes et 90% des hommes se masturbent[187]. La majorité des personnes se masturbent à un moment ou à un autre de leur vie. Cet acte intime n'est pas obligatoire mais permet de découvrir son propre corps, ses zones sensibles et le plaisir qu'on peut ressentir. Alors pourquoi s'en priver ?

S'il arrive à la plupart des personnes de se masturber au cours de leur vie, la fréquence de la masturbation dépend de chacun-e. Certaines personnes se masturbent quotidiennement, d'autres à l'occasion et d'autres encore, jamais. La masturbation concerne les hommes mais aussi les femmes.

La masturbation consiste en l'excitation manuelle des organes génitaux externes dans le but de provoquer le plaisir sexuel[188]. Autrement dit, se masturber consiste en l'attouchement de son propre corps, habituellement le pénis pour les garçons et la zone vaginale pour les filles. Les techniques de masturbation sont très nombreuses et propres à chacun-e. À côté de la masturbation « en solitaire », il existe la masturbation à deux, autrement dit la masturbation réciproque[189]. Cette dernière peut être pratiquée de deux façons : en se masturbant mutuellement ou en se masturbant devant son/sa partenaire.

La masturbation est un moyen d'explorer sa propre sexualité, de découvrir ses zones érogènes et d'apprendre à connaître les réactions de son corps. Une fois que la personne est consciente de ce qu'elle préfère, elle peut en faire part à son/sa partenaire, ce qui peut être utile pour améliorer la qualité du rapport sexuel[190]. La masturbation procure donc du plaisir sexuel et peut mener à l'orgasme. Selon une enquête suédoise, pour 20% des femmes et 12% des hommes, la masturbation « en solitaire » procure même un orgasme plus intense et plus plaisant qu'une relation sexuelle[191].

---

[187] INSERM, ANRS et INED, *Dossier de presse. Premiers résultats de l'enquête CSF « Contexte de la sexualité en France »*, 2007, p. 15, URL : https://www.ined.fr/fichier/rte/2/Publications/Autres/CSF-dossierdepresse0307.pdf.
[188] *Larousse*, http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/masturbation/49790?q=masturbation#49694
[189] Bacouël A., *Se masturber quand on est en couple ? C'est aussi synonyme d'une sexualité épanouissante*, L'Obs Le Plus, 4 février 2015, http://leplus.nouvelobs.com/contribution/1318681-se-masturber-quand-on-est-en-couple-c-est-aussi-synonyme-d-une-sexualite-epanouissante.html.
[190] *Santé sexuelle – masturbation*, Masexualite.ca, http://www.masexualite.ca/fr/sexual-health/what_is_masturbation.
[191] *La masturbation : pur plaisir ou culpabilité ?*, Passionsante.be, août 2016, http://www.passionsante.be/index.cfm?fuseaction=art&art_id=21680.

On entend parfois dire que « la masturbation rend sourd ». Il s'agit, une nouvelle fois, d'une idée reçue. Cette croyance a été inventée afin de culpabiliser et dissuader les ados de se masturber. Dans la religion judéo-chrétienne, la masturbation était perçue comme une mauvaise pratique. Alors qu'au contraire, la masturbation est positive vu qu'elle permet de prendre conscience de son corps, de mieux gérer ses réactions[192].

Pour finir, la masturbation est un choix. En fonction de son éducation, de sa religion, de ses convictions, de ses idées ou de ses désirs, chacun-e d'entre nous peut se masturber ou ne pas le faire. Les personnes ne sont pas plus coincées ou plus frigides si elles ne se masturbent pas[193].

PISTES DE DISCUSSION

- Certaines personnes se masturbent quotidiennement, d'autres à l'occasion et d'autres jamais : la fréquence dépend de chacun-e
- La masturbation concerne les hommes et les femmes
- Se masturber consiste en l'excitation manuelle des organes génitaux externes dans le but de provoquer du plaisir sexuel
- La masturbation permet d'explorer sa propre sexualité et de découvrir ses zones érogènes
- La masturbation peut mener à l'orgasme
- La masturbation ne rend pas sourd-e
- La masturbation est un choix personnel : elle dépend de l'éducation, de la religion, des convictions, des idées et des désirs de chacun-e

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 5. Les préliminaires, c'est une perte de temps pour les mecs
- 28. Seuls les hommes regardent du porno

[192] *Idée reçue : la masturbation rend sourd*, Topsanté.com, 1er décembre 2015, http://www.topsante.com/couple-et-sexualite/sexualite/pratiques-sexuelles/idee-recue-la-masturbation-rend-sourd-248087.

[193] *La masturbation, source de plaisir*, RTBF.be, http://www.rtbf.be/auvio/detail_la-masturbation-source-de-plaisir?id=1563243.

28. SEULS LES HOMMES REGARDENT DU PORNO

82% des femmes ont déjà regardé un film X dans leur vie, contre 99% des hommes[194]. La majorité de ces femmes (62%) visionne ce type de vidéos avec leur partenaire et 50% d'entre elles en ont déjà regardé seules[195]. Ce nombre est en hausse, car en 1992, seules 23% des femmes déclaraient avoir vu au moins un film X[196] !

Regarder des films X permet de faire monter rapidement l'excitation et le plaisir. Mais c'est également l'occasion de découvrir/observer des pratiques sexuelles qu'on ne connaît pas ou qu'on n'envisagerait pas de réaliser dans la vie quotidienne[197]. Alors pourquoi les femmes ne pourraient-elles pas aimer en regarder, seules ou en couple ?

Peu à peu, les femmes se détachent de l'image des épouses/mères et assument leurs envies qu'elles expriment désormais plus qu'auparavant[198]. La société a pourtant toujours tendance à connoter négativement diverses attitudes féminines en matière de sexualité. Or, l'idée qu'une femme apprécie regarder des films pornographiques touche à un tabou tenace : qu'une femme puisse se masturber[199]. Historiquement la pornographie était produite par les hommes pour les hommes. Ce qui est encore majoritairement le cas aujourd'hui ! « Les pratiques sexuelles données à voir dans la pornographie sont éminemment genrées. Elles reproduisent les rôles – sexuels – stéréotypés que la société assigne aux hommes et aux femmes. [...] Le corps féminin est présenté comme un objet et la pornographie est très souvent l'expression de la domination et de la violence masculine »[200].

Afin de mieux correspondre aux attentes et envies des femmes, une forme de pornographie alternative fait son apparition dans les années 80, dans le but de « remettre en question les

---

[194] IFOP, *Les Français, les femmes et les films X. Enquête sur les pratiques et les goûts des femmes en matière de films pornographiques*, 2012, p. 2, URL : http://www.ifop.com/media/poll/2057-1-study_file.pdf.
[195] *Ibid.*, p. 14.
[196] INSERM, CNRS et INED, *Analyse des comportements sexuels en France (ACSF)*, Paris, 1992.
[197] LEBUYSSON BR., « Pourquoi regarde-t-on du porno ? », sur *MadmoiZelle*, 2012, URL : http://www.madmoizelle.com/pourquoi-regarder-porno-113119.
[198] Voir stéréotype n°6 : « Une femme qui aime le sexe est une salope », pp. 19-20.
[199] Voir stéréotype n°27 : « Les filles ne se masturbent pas », pp. 61-62.
[200] HIBO S., « Porno et féminisme, l'équation impossible ? », *Analyses FPS*, 2014, p. 2, URL : http://www.femmesprevoyantes.be/SiteCollectionDocuments/analyses/2014/porno.pdf.

rapports de genre et les rapports de pouvoir présents dans les représentations sexuelles »[201]. Ce nouveau courant pornographique permet de se détacher des représentations sexuelles dominantes et de la vision masculine qui les a construites[202]. Il reste malheureusement actuellement minoritaire. Si les études prouvent donc bien que les femmes regardent elles aussi des films X, elles restent moins nombreuses que les hommes à le faire et posent souvent un regard plus critique sur ceux-ci. D'après une enquête française, le pourcentage de femmes soulignant les points négatifs de la pornographie est plus élevé que celui des hommes :

- Les pratiques sexuelles présentées dans les films X sont très éloignées de la réalité de la sexualité des Français (79% contre 77%) ;
- La réalisation de la plupart des films X souffre d'un manque de sophistication / de professionnalisme (79% contre 74%) ;
- La plastique des acteurs et des actrices de film X est irréelle / hors norme (75% contre 71%) ;
- Les films X ne reflètent que des fantasmes masculins (71% contre 62%) ;
- Les films X sont très dégradants pour l'image de la femme (72% contre 50%) ;
- Les films X sont trop violents (57% contre 41%) [203].

Si la porno peut être source de plaisir, il est important de rester attentif aux stéréotypes véhiculés par les films X ainsi qu'aux modalités de production, en ce compris la notion de consentement des acteurs et les conditions de travail.

PISTES DE DISCUSSION

- Les femmes se détachent de l'image de l'épouse/mère
- Le tabou de la masturbation féminine
- La pornographie produite par les hommes pour les hommes
- Les femmes voient plus les côtés négatifs des films X que les hommes
- La pornographie peut être source de plaisir pour chacun-e
- Stéréotypes véhiculés, notion de consentement et conditions de travail

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 3. Les femmes n'arrivent pas à faire l'amour sans sentiments amoureux
- 6. Une femme qui aime le sexe est une salope
- 20. Dans une relation sexuelle, une femme a besoin de tendresse
- 27. Les filles ne se masturbent pas

[201] IRGACHEVA S., *Regards féminins dans la pornographie : la réappropriation de la représentation pornographique, le féminisme pro-sexe, le postporn au prisme des études de genre*, Mémoire de fin d'études, 2012, p. 131.
[202] HIBO S., « Porno et féminisme, l'équation impossible ? », *op. cit.*, p. 4.
[203] IFOP, *Les Français, les femmes et les films X. Enquête sur les pratiques et les goûts des femmes en matière de films pornographiques, op. cit.*, p. 21.

29. Si tu ne mouilles pas ou que tu ne bandes pas, c'est que tu n'as pas envie

Le désir sexuel ne se limite pas à « mouiller » ou à « bander ». Une personne peut avoir envie de faire l'amour sans montrer ces réactions. Cela peut s'expliquer par la fatigue, le stress, des problèmes familiaux/professionnels, un traitement médicamenteux, etc. Donc, pas de souci à se faire, cela ne signifie pas que votre partenaire ne vous désire pas ou plus !

Certaines personnes ont tendance à penser que si une femme ne lubrifie pas naturellement au moment de faire l'amour ou bien que si un homme n'a pas d'érection dès que quelqu'un effleure son pénis, c'est qu'elle/il n'a pas envie de faire l'amour[204]. Mais c'est faux !

En effet, une personne peut être excitée sans pour autant montrer de réaction physique. L'envie sexuelle ne se limite pas à la lubrification ou à l'érection[205]. Une étude française abordant l'insuffisance du désir sexuel montre qu'à la question *« Au cours des 12 derniers mois, avez-vous eu une absence ou une insuffisance de désir sexuel ? »*, 6,8% des femmes et 1,9% des hommes répondent *« souvent »*, et 29% des femmes et 20,1% des hommes répondent *« parfois »*[206]. Rappelons que des lubrifiants peuvent être utilisés pour faciliter la pénétration et que des traitements destinés à provoquer une érection existent. Il s'agit de petits coups de pouces, mais il ne faut en aucun cas se sentir obligé-e d'y avoir recours.

Mais pas d'inquiétude ! S'il vous arrive de ne pas mouiller ou de ne pas bander, cela ne signifie pas que vous avez un problème médical. Ce genre de situation peut arriver à tout le monde pour diverses raisons comme, par exemple, le stress, la fatigue, des problèmes personnels, etc[207]. Cela est souvent passager, pas besoin de culpabiliser ou d'avoir honte !

---

[204] TORDJMAN D., « Ne pas confondre désir et érection », sur *Doctissimo*, 2009, URL : http://www.doctissimo.fr/html/dossiers/troubles_erectiles/articles/13625-desir-erection.htm.
[205] *Ibid.*
[206] INSERM, ANRS et INED, *Dossier de presse. Premiers résultats de l'enquête CSF « Contexte de la sexualité en France »*, 2007, URL : https://www.ined.fr/fichier/rte/2/Publications/Autres/CSF-dossierdepresse0307.pdf.
[207] « Erectil Dysfunction May Affect 1 in 4 Men under 40 Seeking Treatment, Study Suggests », dans *Huffington Post (en ligne)*, 2013, URL : http://www.huffingtonpost.com/2013/06/11/erectile-dysfunction-young-men-age-40-younger_n_3405085.html.

PISTES DE DISCUSSION

- Le désir sexuel n'est pas uniquement lié au fait de mouiller ou de bander
- L'absence de réaction physique peut être due à divers problèmes comme le stress, la fatigue, des traitements médicamenteux, des problèmes personnels, etc.
- Les préliminaires peuvent aider à stimuler sexuellement les partenaires
- Des aides comme les lubrifiants ou des médicaments existent
- Si vous ne mouillez pas ou ne bandez pas directement au moment de faire l'amour, vous n'avez pas pour autant un problème médical

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 4. Les hommes ont toujours envie et sont toujours prêts à faire l'amour

30. LES FEMMES DEVIENNENT LESBIENNES PARCE QU'ELLES NE PLAISENT PAS AUX HOMMES

Alors, une femme resterait hétéro uniquement parce qu'elle a trouvé un homme ? On ne devient pas homosexuel et on ne choisit pas son orientation sexuelle! L'homosexualité n'est pas liée à des mauvaises expériences hétérosexuelles (sentimentales et/ou sexuelles). Et vice versa !

Ce cliché est clairement basé sur le modèle dominant de l'hétérosexualité. Pourtant, l'homosexualité, l'hétérosexualité, la bisexualité et toutes les autres formes d'orientations sexuelles ne constituent pas des choix. Chacun-e « naît » avec son orientation sexuelle et apprend à la connaître au fil des années et des expériences de vie. Certaines personnes décideront de l'assumer, d'autres non, parfois par peur des discriminations qu'ils/elles pourraient subir.

Certaines personnes avancent les phrases suivantes : « tu es devenue lesbienne car tu n'as pas trouvé le bon mec », « les hommes ne veulent pas de toi, c'est la raison pour laquelle tu t'es tournée vers les filles », « les lesbiennes sont avec des filles parce qu'elles sont trop moches pour les mecs » ou encore « tu as eu une mauvaise expérience avec un mec et pour cette raison que tu es devenue lesbienne »[208]. Toutes ces idées reçues sont bien évidemment fausses ! L'homosexualité ou toute autre orientation sexuelle différente de l'hétérosexualité, ne constitue pas un second choix. Les personnes ne « deviennent » pas homo ou bien bi parce qu'elles ont été déçues par l'hétérosexualité[209].

Les différents exemples de stéréotypes, cités quelques lignes plus haut, sont tous tournés au féminin. En effet, il est rare d'entendre les mêmes propos tenus dans le sens masculin. Par exemple, il est peu fréquent d'entendre « tu es devenu gay parce que tu n'as pas trouvé de femme » ou bien « tu n'intéresses pas les femmes donc tu t'es rabattu sur les hommes »[210].

---

[208] Voir le stéréotype n°14 : « Entre femmes, ce n'est pas vraiment faire l'amour », pp. 35-36.
[209] « La femme bisexuelle : étape, transition ou orientation stable ? », sur *Psychomedia (en ligne)*, 2008, URL : http://www.psychomedia.qc.ca/sexualite/2008-01-16/la-femme-bisexuelle-etape-transition-ou-orientation-stable.
[210] « Contrairement aux hommes, l'homosexualité féminine s'expliquerait davantage par des facteurs sociaux que génétiques », sur *Atlantico (en ligne)*, 2012, URL : http://www.atlantico.fr/decryptage/certaines-femmes-sont-lesbiennes-facteurs-genetiques-sociaux-homosexualite-homosexuelles-innee-acquis-gays-gay-pride-pierre-397204.html.

En ce qui concerne les femmes, une étude menée par Lisa Diamond[211], professeure de psychologie à l'Université de l'Utah, montre que l'orientation sexuelle des femmes peut fortement être façonnée par des facteurs sociaux et culturels. Il est ainsi assez fréquent de voir des femmes se rendre compte tardivement de leur homosexualité, parfois même après avoir été mariées plusieurs années à un homme[212].

PISTES DE DISCUSSION

- L'orientations sexuelle n'est pas un choix
- Différentes orientations sexuelles existent
- Une personne ne devient pas homo car l'hétérosexualité ne lui convient pas

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 14. Entre femmes ce n'est pas vraiment faire l'amour

[211] DIAMOND L. *Sexual Fluidity : Understanding women-s love and desire*, Academic Trade, 2010, p. 5.
[212] MICHEL G., « L'orientation sexuelle des femmes peut changer avec l'âge », sur *Bisexuelle*, 2011, URL : http://www.bisexuelle.org/actualites/psychologie-et-etudes/4267-lorientation-sexuelle-des-femmes-peut-changer-avec-lage.

31. LA TAILLE DU PÉNIS, C'EST SUPER IMPORTANT

Que ces messieurs se rassurent, tous les hommes ne sont pas membrés comme les acteurs de film X… On ne parle de micro-pénis qu'en-dessous de 8cm en érection, ce qui ne concerne que 3% de la population[213]. Et micro-pénis peut aussi rimer avec plaisir !

Peur de ne pas satisfaire ses partenaires, complexe d'infériorité par rapport aux autres hommes, etc. La longueur et la circonférence du pénis peuvent être de réels sujets de préoccupation chez certains hommes. L'Académie française de chirurgie déclare que « Le sentiment d'un pénis de taille insuffisante est pour l'homme source d'anxiété ou de souffrance psychologique »[214]. D'après certaines estimations, près d'un quart des hommes qui consultent un sexologue s'inquiètent entre autres de la taille de leur pénis[215].

Mais d'où vient ce que certain-e-s considèrent comme l'obsession masculine par excellence ? Cette angoisse provient principalement du fait que l'on considère (à tort !) un grand (et gros) pénis comme symbole de force, d'idéal masculin et même de virilité et de fertilité. Les sociétés occidentales, contrairement à de nombreuses autres, ont aussi tendance à mettre en parallèle la taille du pénis et la « puissance sexuelle », ce qui est loin d'être automatiquement le cas du point de vue anatomique et physiologique[216].

Si la question « Mon pénis est-il assez grand ? » semble si « naturelle » dans nos sociétés, c'est parce qu'elle touche à l'identité masculine même, dans sa dimension sexuelle et donc, en quelque sorte, dans son sentiment de virilité[217]. D'où ce que l'on nomme le « complexe du vestiaire », qui confronte les hommes les uns aux autres et les poussent à se comparer[218].

---

[213] PULL H., « La taille du sexe, l'obsession masculine », dans *Psychiatrissimo*, URL : http://www.psychiatrissimo.com/la-taille-du-sexe-lobsession-masculine/.
[214] L'OBS AVEC AFP, « Quelle est la taille 'normale' du pénis ? », dans *L'OBS en ligne*, URL : http://tempsreel.nouvelobs.com/sante/20150303.OBS3700/quel-est-la-taille-normale-d-un-penis.html.
[215] PULL H., « La taille du sexe, l'obsession masculine », *op. cit.*
[216] *Ibid.*
[217] « Taille du pénis, une obsession ? », dans *Vie sa vie*, http://www.viesavie.com/question/taille-du-penis-une-obsession/.
[218] DE SUTTER P., « Taille du pénis : mais pourquoi ça nous préoccupe autant ? », dans *Atlantico*, URL : http://www.atlantico.fr/decryptage/taille-penis-mais-pourquoi-preoccupe-autant-pascal-sutter-500355.html/page/0/1.

Cette crainte est particulièrement présente auprès des jeunes, avant leur première relation sexuelle, et se décline sous quatre aspects[219] :

- La méconnaissance du vagin/de l'anus : se dire qu'un pénis doit « remplir » une cavité qu'il ne connaît pas peut être source d'angoisse pour un jeune ;
- Les variations de taille et de volume : le jeune peut craindre que son pénis n'ait pas la « bonne dimension » au moment voulu ;
- Les représentations dans la pornographie : les films X ont tendance à montrer principalement des sexes masculins surdimensionnés, qui ne sont pas représentatifs de la réalité. Les jeunes sont donc soumis, sans s'en rendre compte, à des images fortement normatives, qui les font considérer que seul un pénis de grande taille peut satisfaire un-e partenaire ;
- Enfin, plus largement, le culte de la performance : dans l'imaginaire collectif, l'homme est encore trop souvent considéré comme le « maître-d'œuvre » de la sexualité[220], tenu à une obligation de résultat[221].

Pour un homme, avoir un gros pénis signifierait, dans la plupart des cas, être dépourvu de toute défaillance sexuelle éventuelle[222]. Dans nos sociétés, la panne sexuelle est l'une des plus grandes peurs des hommes, car la sexualité contemporaine est centrée sur l'érection[223] : preuve pour le/la partenaire qu'il/elle est désirable[224], et pour l'homme qu'il peut combler son/sa partenaire. Mais il est important de rapporter que la taille du pénis n'a aucun lien avec la capacité érectile !

Si diverses études s'attardent à calculer la taille et la circonférence moyennes d'un pénis au repos et en érection, il nous apparaît plus fondamental de rappeler que, comme pour toutes les parties du corps, les sexes masculins sont TOUS de formes et de tailles différentes. Et que petit, moyen ou grand, tout pénis en érection est à même de procurer du plaisir à un-e partenaire ! Sans oublier qu'il n'y a aussi de très nombreuses autres façons de faire l'amour… Qui n'impliquent pas nécessairement de pénis[225] !

---

[219] « Taille du pénis, une obsession ? », *op. cit.*
[220] Voir stéréotype n°19 « Niveau sexe, c'est l'homme qui décide », pp. 45-46.
[221] Voir stéréotype n°23 « Rapport sexuel réussi = orgasme mutuel », pp. 53-54.
[222] MAZELIN SALVI FL., « La taille du pénis, fantasme d'homme ou de femme ? », dans *Psychologies en ligne*, URL : http://www.psychologies.com/Couple/Sexualite/Desir/Articles-et-Dossiers/La-taille-du-penis-fantasme-d-homme-ou-de-femme.
[223] *Ibid.*
[224] Voir stéréotype n°29 « Si tu ne mouilles pas ou que tu ne bandes pas, c'est que tu n'as pas envie », pp. 65-66.
[225] Voir stéréotypes n°14 : « Entre femmes, ce n'est pas vraiment faire l'amour », pp. XX et n°18 : « Acte sexuel = pénétration », pp. 35-36.

PISTES DE DISCUSSION

- La taille du pénis peut être source d'anxiété et de souffrance psychologique pour l'homme, particulièrement chez les jeunes
- Un grand et gros pénis est considéré comme un symbole de force, d'idéal masculin, de virilité, de fertilité et d'absence de défaillances sexuelles
- Le « complexe du vestiaire » pousse les hommes à se comparer
- Tous les sexes masculins sont de taille et de forme différentes !

LIENS AVEC D'AUTRES STÉRÉOTYPES

- 14. Entre femmes, ce n'est pas vraiment faire l'amour
- 18. Acte sexuel = pénétration
- 19. Niveau sexe, c'est l'homme qui décide
- 23. Rapport sexuel réussi = orgasme mutuel
- 29. Si tu ne mouilles pas ou que tu ne bandes pas, c'est que tu n'as pas envie

32. LA CAPOTE, C'EST LA RESPONSABILITÉ DES MECS, LA PILULE CELLE DES FILLES

Même si la capote est portée par les garçons et la pilule prise par les filles, les risques de grossesses non désirées ou de transmission d'IST[226] concernent tous les partenaires. Parler de la contraception et de la protection contre les maladies est essentiel pour chacun-e.

Les deux partenaires sont responsables de la protection. Et, dès le premier rapport, il est primordial de se protéger car même le frottement d'un sexe contre l'autre peut entraîner des infections sexuellement transmissibles (IST) et le SIDA. Peu importe l'âge, il est primordial de se protéger.

La contraception combinée au préservatif, c'est l'idéal pour une sexualité en toute confiance. D'un côté, la contraception (pilule, anneau vaginal, patch, implant, etc.) assure une protection contre les grossesses. De l'autre côté, le préservatif est le seul moyen de se protéger contre les IST. Étant donné que la pilule est le moyen de contraception le plus répandu, on parle de la règle des 2 P = Pilule + Préservatif. Dans toute nouvelle relation, il est conseillé d'utiliser un préservatif à chaque rapport sexuel durant au moins 3 mois. Avant d'envisager d'arrêter le préservatif, il est conseillé de faire un dépistage Sida et IST[227].

En ce qui concerne les garçons, ils devraient toujours avoir sur eux des préservatifs et, s'ils ont des rapports sexuels avec des filles, s'assurer qu'elles se protègent en plus contre les grossesses non désirées. Certains garçons participent à l'achat de la pilule ou d'un autre moyen de contraception, c'est à discuter à deux[228]. En ce qui concerne les filles, avoir un préservatif dans son sac à main ou dans sa poche n'a rien de négatif. Au contraire cela montre une certaine maturité et le fait d'être responsables et prévoyantes en matière de

[226] Infections sexuellement transmissibles
[227] Pour connaitre les structures où on peut réaliser des tests de dépistage : http://www.preventionist.org/comment-se-proteger-des-ist/se-depister.
[228] FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *Virgini-Dé, Une brochure-outil sur la virginité*, 2009, URL : http://www.planningsfps.be/SiteCollectionDocuments/VirgiBrochure.pdf.

sexualité[229]. Il est vrai que certains garçons préfèrent acheter leurs propres préservatifs pour que la taille, le parfum et la marque leur conviennent mais ce n'est pas uniquement à eux d'acheter les préservatifs afin de prévoir la protection[230].

À noter aussi que si le moyen de contraception utilisé lors d'un rapport sexuel convient aux deux partenaires, il sera d'autant plus efficace. Pour cela, il est important d'en parler ensemble avant la relation sexuelle. En effet, selon une enquête réalisée par la FCPF-FPS, 22,4% des jeunes de l'enseignement professionnel disent ne pas pouvoir refuser un rapport si la contraception utilisée ne leur convient pas. Alors qu'ils sont 13,5% dans l'enseignement technique et 7,85% dans l'enseignement général[231].

En conclusion, la contraception concerne tous les partenaires. En effet, chacun-e est responsable des risques de grossesse non désirée et de la transmission des infections sexuellement transmissibles. Avant toute pratique sexuelle, le dialogue sur la contraception entre les partenaires est donc essentiel.

PISTES DE DISCUSSION

- La protection contre les maladies sexuellement transmissibles et contre les grossesses non désirées est une responsabilité commune
- Contraception + préservatif = sexualité en toute confiance
- Le moyen de contraception utilisé sera d'autant plus efficace s'il est approuvé par les deux partenaires
- Avant toute pratique sexuelle, le dialogue entre les partenaires au sujet de la contraception est important

[229] *Ibid.*
[230] BODOC CL., « 16 mensonges sur le sexe qu'il faut arrêter d'enseigner aux garçons », sur *MadmoiZelle*, 2016, URL : http://www.madmoizelle.com/mensonges-sexe-garcons-251852.
[231] HERBIGNIAUX FR. et THAI Y., *L'affirmation de soi dans les relations amoureuses et affectives chez les jeunes. Enquête menée auprès des 13-21 ans par la Fédération des Centres de Planning familial des Femmes prévoyantes socialistes*, 2006 p. 25.

BIBLIOGRAPHIE

1. Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire (pages 7–8)

BLANC C., « Les hommes ont plus besoin de faire l'amour que les femmes », sur *Psychologies (en ligne)*, 2007, URL : http://www.psychologies.com/Couple/Sexualite/Idees-recues/Articles-et-dossiers/Les-hommes-ont-plus-besoin-de-faire-l-amour-que-les-femmes.

DEFRENNES M., « Pourquoi les hommes ont-ils plus besoin de sexe que les femmes ? », sur *Terra Femina (en ligne)*, 2010, URL : http://www.terrafemina.com/vie-privee/sexo/articles/25164-pourquoi-les-hommes-ont-plus-besoin-de-sexe-que-les-femmes-.html.

IPSOS, *Sexualité : de quoi les femmes ont-elles vraiment envie ?*, 2014, URL : http://medias.psychologies.com/habillage/sondage/Rapport-Sexualites-Francaises-Mars-2014.pdf.

LE QUELLEC E., « Sexo : 10 idées reçues sur les femmes », sur *Au Féminin (en ligne)*, 2008, URL : http://www.aufeminin.com/faire-l-amour/sexo-10-idees-recues-sur-les-femmes-s643751.html.

2. Les femmes n'arrivent pas à faire l'amour sans sentiments amoureux (pages 9–11)

BAJOS N. et BOZON M., « Transformation des comportements, immobilité des représentations. Premiers résultats de l'enquête Contexte de la sexualité en France (2006) », dans *Informations sociales* 8, 2007 (n°144), pp. 22-33, URL : www.cairn.info/revue-informations-sociales-2007-8-page-22.htm.

BAJOS N. et BOZON M. (dir.), *Enquête sur la sexualité en France. Pratiques, genre et santé*, Paris, 2008.

BLANCHARD S., « Dernières nouvelles de la sexualité des Français », dans *Le Monde (en ligne)*, 13/03/2007, URL : http://www.lemonde.fr/societe/article/2007/03/13/l-inserm-rend-publique-son-etude-sur-la-sexualite_882328_3224.html.

GAZSI M., « Sexualité : ce que désirent les femmes », dans *Le Monde (en ligne)*, 14 avril 2012, URL : http://www.lemonde.fr/vous/article/2012/04/14/sexualite-ce-que-desirent-les-femmes_1685614_3238.html.

INSERM, ANRS et INED, *Dossier de presse. Premiers résultats de l'enquête CSF « Contexte de la sexualité en France »*, 2007, URL : https://www.ined.fr/fichier/rte/2/Publications/Autres/CSF-dossierdepresse0307.pdf.

OBSERVATOIRE DE LA SANTÉ – PROVINCE DU HAINAUT, *Regard sur la santé des jeunes. La sexualité des jeunes en Hainaut*, Santé en Hainaut n° 9, 2014, URL : http://www.hainaut.be/sante/osh/medias_user/Sante_en_Hainaut_9_RSJ-2014.pdf.

UNION NATIONALE DES MUTUALITÉS SOCIALISTES, *Enquête sexualité – Jeunes : Amour, Sexe et Respect*, 2009, URL : http://www.solidaris.be/Lists/PubDocs/Etude-Amours-sexe-respect.pdf.

3. Les hommes pensent tout le temps au sexe (pages 13–14)

« Non les hommes ne pensent pas au sexe toute la journée », sur *Bodyscience.fr*, URL : http://www.bodyscience.fr/?Non-les-hommes-ne-pensent-pas-au#nb1.

MIMOUN S., « « L'antiguide de sexualité » : non à la performance et aux clichés », dans *Le Nouvel Obs (en ligne)*, 2012, URL : http://leplus.nouvelobs.com/contribution/511698-l-antiguide-de-sexualite-non-a-la-performance-et-aux-cliches.html.

OHIO STATE UNIVERSITY, *Study debunks stereotype that men think about sex all day long*, 2011, URL : http://www.eurekalert.org/pub_releases/2011-11/osu-sds112811.php.

4. Les hommes ont toujours envie et sont toujours prêts à faire l'amour (pages 15–16)

COSTA-PRADES B., « Ces hommes qui n'ont plus envie de sexe », dans *Psychologies (en ligne)*, 2015, URL : http://www.psychologies.com/Couple/Problemes-sexuels/Libido/Articles-et-Dossiers/Ces-hommes-qui-n-ont-plus-envie-de-sexe.

CURRIE D., « Au secours, mon mari ne veut pas faire l'amour ! », dans *Pouvoir de changer*, URL : http://pouvoirdechanger.com/decouvrir/amour-sexualite/husbandnosex/.

VIÉ V., « Les hommes trouveraient plus d'excuses que les femmes pour éviter les rapports sexuels », sur *Gent Side*, 2013, URL : http://www.gentside.com/insolite/les-hommes-trouveraient-plus-d-039-excuses-que-les-femmes-pour-eviter-les-rapports-sexuels_art48783.html.

5. Les préliminaires, c'est une perte de temps pour les mecs (pages 17–18)

« Les préliminaires : une mise en bouche », sur *Fil Santé Jeunes*, 2014, URL : http://www.filsantejeunes.com/les-preliminaires-2-5044.

Parlons peu, parlons sexe : les préliminaires amoureux, 2013, URL : https://www.youtube.com/watch?v=M4zQDWBiWcU.

CAILLEAU E., « Les préliminaires durent 12 minutes », sur *TopSanté.com*, 2012, URL : http://www.topsante.com/couple-et-sexualite/sexualite/desir-plaisir/les-preliminaires-durent-12-minutes-11950.

COLSON M.-H. et LEMAIR A., « Les points cardinaux de la sexualité. Enquête sur la sexualité des Français en 2004 », dans *Médecine sexuelle* 1, 2006, URL : http://www.sfms.fr/prod/data/bulletins/medecinesexuelle01.pdf#page=24.

SCHNEIDER CL., « À quoi servent les préliminaires ? L'expert répond », dans *Marie-Claire (en ligne)*, http://www.marieclaire.fr/,questions-a-l-expert-tout-savoir-sur-les-preliminaires,699990.asp.

6. Une femme qui aime le sexe est une salope (Pages 19–20)

ALEXANDRE E., « Aimer le sexe sans passer pour une salope », sur *Marie-Claire (en ligne)*, 2015, URL : http://www.marieclaire.fr/,aimer-le-sexe-sans-passer-pour-une-salope,20483,400905.asp.

BRÉAU A., « Le sexe chez la femme : 10 secrets de femmes qui sont des « bons coups » », dans *Huffington Post (en ligne)*, 2014, URL : http://www.huffingtonpost.fr/2014/10/19/sexe-femme-secrets-bons-coups_n_6003146.html.

IPSOS, *Sexualité : de quoi les femmes ont-elles vraiment envie ?*, 2014, p.10. URL : http://medias.psychologies.com/habillage/sondage/Rapport-Sexualites-Francaises-Mars-2014.pdf.

MAZAURETTE M., « Les femmes détestent-elles le sexe ? », sur *MadmoiZelle*, 2011, URL : http://www.madmoizelle.com/les-femmes-detestent-elles-le-sexe-39575.

ROSEAU N., « Pourquoi les boulimiques du sexe sont-elles montrées du doigts ? », sur *Marie-Claire (en ligne)*, 2015, URL : http://www.marieclaire.fr/,boulimiques-de-sexe-pourquoi-sont-elles-montrees-du-doigt,20256,762.asp#?slide=2.

7. Une fille qui montre que quelqu'un lui plaît cherche à avoir un rapport sexuel (Pages 21–22)

« Tout ce que vous devez savoir sur le flirt », dans *Le Vif (en ligne)*, 2016, URL : http://www.levif.be/actualite/sante/tout-ce-que-vous-devez-savoir-sur-le-flirt/article-normal-455599.html.

BODOC CL., « 16 mensonges sur le sexe qu'il faut arrêter d'enseigner aux garçons », sur *MadmoiZelle*, 2016, URL : http://www.madmoizelle.com/mensonges-sexe-garcons-251852.

IFOP, *Enquête sur les perceptions et les comportements des français en matière d'aventures extra-conjugales. Observatoire Gleeden de l'infidélité*, 2014, URL : http://www.ifop.com/media/poll/2471-1-study_file.pdf.

UNION NATIONALE DES MUTUALITÉS SOCIALISTES, *Enquête sexualité – Jeunes : Amour, Sexe et Respect*, 2009, URL : http://www.solidaris.be/Lists/PubDocs/Etude-Amours-sexe-respect.pdf.

8. Les hommes ont des besoins sexuels à satisfaire (pages 23–24)

DORLIN E., « L'objet = X. Nymphomanes et masturbateurs XVIIIe-XIXe siècles », dans *Nouvelles questions féministes* 24, 2005, pp. 53-66, URL : http://www.cairn.info/revue-nouvelles-questions-feministes-2005-1-page-53.html.

FISHER T., « Partenaire sexuelle : ils ont tendance à gonfler le nombre de leurs conquêtes », sur *Marie-Claire (en ligne)*, 2013, URL : http://www.marieclaire.fr/,partenaire-sexuelle-ils-ont-tendance-a-gonfler-le-nombre-de-leurs-conquetes,20123,692999.asp.

FISHER T., *Men, Women Lie about Sex to Match Gender Expectations*, Ohio, 2014, URL : http://researchnews.osu.edu/archive/genderster.htm.

SASSONIA C., « Nymphomane : est-ce une maladie ? », sur *Au Féminin (en ligne)*, 2016, URL : http://www.aufeminin.com/sexualite-et-sante/nymphomanie-hypersexualite-la-souffrance-de-la-nymphomane-s640836.html.

9. Une femme qui accumule les coups d'un soir est une nympho (pages 25–26)

« Quand les femmes parlent de leur sexualité », sur *Allo Docteurs*, 2013, URL : http://www.allodocteurs.fr/sexo/femme/quand-les-femmes-parlent-de-leur-sexualite_11009.html.

GELLY V., « Les hommes et les femmes parlent-ils de sexe différemment ? », dans *Psychologies (en ligne)*, 2014, URL : http://www.psychologies.com/Couple/Vie-de-couple/Hommes-Femmes/Articles-et-Dossiers/Les-hommes-et-les-femmes-parlent-ils-de-sexe-differemment/3Decryptage-On-ne-parle-pas-facilement-de-sa-sexualite.

MICHEL C., « 50 phrases de filles qui parlent de sexe », sur *Au Féminin (en ligne)*, 2014, URL : http://www.aufeminin.com/faire-l-amour/filles-qui-parlent-de-sexe-s799903.html.

PERRY A., « Huit générations de femmes parlent de leur rapport au sexe et c'est touchant », sur *MadmoiZelle*, URL : http://www.madmoizelle.com/video-femmes-rapport-au-sexe-555103.

10. Pour être bon au lit, il faut avoir de l'expérience (pages 27–28)

DUQUET FR. et DASSA CL., « Les représentations de la performance dans la séduction, les relations amoureuses et les relations sexuelles des adolescents. Élaboration et validation d'un instrument de mesure », dans DORVIL H., *Problèmes sociaux. Tome III. Théories et méthodologies de la recherche*, Québec, 2007, pp. 85-126, URL : https://books.google.be/books?id=T4LE0vFQcf0C&pg=PA90&lpg=PA90&dq=culte+performance+sexuelle&source=bl&ots=lcKuT3W4x6&sig=mr5D12QO92igbpl5aqCHWQwstH4&hl=fr&sa=X&ved=0ahUKEwjAkN_Ulv_OAhWCfRoKHWhkDw8Q6AEIKzAC#v=onepage&q=culte%20performance%20sexuelle&f=false.

MIMOUN S., « « L'antiguide de sexualité » : non à la performance et aux clichés », dans *Le Nouvel Obs (en ligne)*, 2012, URL : http://leplus.nouvelobs.com/contribution/511698-l-antiguide-de-sexualite-non-a-la-performance-et-aux-cliches.html.

UNION NATIONALE DES MUTUALITÉS SOCIALISTES, *Enquête sexualité – Jeunes : Amour, Sexe et Respect*, 2009, p. 32, URL : http://www.solidaris.be/Lists/PubDocs/Etude-Amours-sexe-respect.pdf.

11. Si une femme ne couche pas, elle se fera larguer ou tromper (pages 29–30)

GOLDSZAL CL., « Faut-il se forcer à faire l'amour ? », dans *Elle (en ligne)*, 24 septembre 2013, URL : http://www.elle.fr/Love-Sexe/Sexualite/Dossiers/Faut-il-se-forcer-a-faire-l-amour-561426.

HERBIGNIAUX FR. et THAI Y., *L'affirmation de soi dans les relations amoureuses et affectives chez les jeunes. Enquête menée auprès des 13-21 ans par la Fédération des Centres de Planning familial des Femmes prévoyantes socialistes*, 2006.

OBSERVATOIRE DE LA SANTÉ – PROVINCE DU HAINAUT, *Regard sur la santé des jeunes. La sexualité des jeunes en Hainaut*, Santé en Hainaut n° 9, 2014, URL : http://www.hainaut.be/sante/osh/medias_user/Sante_en_Hainaut_9_RSJ-2014.pdf.

SALAMA M., « Hypersexualisation, rejet de l'abstinence : l'amour dans un couple n'existe pas sans sexe », dans *L'OBS Le Plus (en ligne)*, 25 février 2014, URL : http://leplus.nouvelobs.com/contribution/1149228-hypersexualisation-rejet-de-l-abstinence-l-amour-dans-un-couple-n-existe-pas-sans-sexe.html.

UNION NATIONALE DES MUTUALITÉS SOCIALISTES, *Enquête sexualité – Jeunes : Amour, Sexe et Respect*, 2009, URL : http://www.solidaris.be/Lists/PubDocs/Etude-Amours-sexe-respect.pdf.

12. Les garçons n'ont pas besoin d'être prêts pour perdre leur virginité (pages 31–32)

« La première fois côté fille », sur *Fil Santé Jeunes*, 2014, URL : http://www.filsantejeunes.com/la-premiere-fois-cote-filles-5041.

« La première fois côté garçon », sur *Fil Santé Jeunes*, 2014, URL : http://www.filsantejeunes.com/la-premiere-fois-cote-garcons-5046.

HERBIGNIAUX FR. et THAI Y., *L'affirmation de soi dans les relations amoureuses et affectives chez les jeunes. Enquête menée auprès des 13-21 ans par la Fédération des Centres de Planning familial des Femmes prévoyantes socialistes*, 2006.

MALCOURANT E., « La majorité sexuelle à 14 ans : état des lieux et enjeux », *Analyses FPS*, 2014, URL : http://www.femmesprevoyantes.be/SiteCollectionDocuments/analyses/2014/majorite-sexuelle-14%20ans.pdf.

OBSERVATOIRE DE LA SANTÉ – PROVINCE DU HAINAUT, *Regard sur la santé des jeunes. La sexualité des jeunes en Hainaut*, Santé en Hainaut n° 9, 2014, URL : http://www.hainaut.be/sante/osh/medias_user/Sante_en_Hainaut_9_RSJ-2014.pdf.

13. On ne perd vraiment sa virginité que lors d'un rapport hétérosexuel (pages 33–34)

« La virginité, qu'est-ce que c'est ? », sur *Fil Santé Jeunes*, 2014, URL : http://www.filsantejeunes.com/la-virginite-quest-ce-que-cest-5045.

FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *Virginité, mettez les points sur les i !*, 2009, URL : http://www.planningsfps.be/federation/actions/Nos-campagnes/Pages/Virginit%C3%A9.aspx.

FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *Virgini-Dé, Une brochure-outil sur la virginité*, 2009, URL : http://www.planningsfps.be/sitecollectiondocuments/cpfbrochurevirginite.pdf.

SASSONIA C., « 5 choses essentielles que vous ignoriez sur l'hymen et la virginité », sur *Au Féminin (en ligne)*, 2016, URL : http://www.aufeminin.com/sexe/hymen-s646401.html.

ZAFFRAN M. et WINCKLER M., « L'hymen, mythe et réalités – Rappels anatomiques et réflexions éthiques », sur *Winckler's Webzine*, 2014, URL : https://martinwinckler.com/spip.php?article1140.

14. Entre femmes, ce n'est pas vraiment faire l'amour (pages 35–36)

CASTAÑEDA M., *Comprendre l'homosexualité*, Paris, 2003.

CHAMBERLAND L., *Stéréotypes et préjugés. Rapport synthèse de recherche*, 2007, URL : http://homophobie.ccdmd.qc.ca/medias/pdfs/homophobie_stereotype.pdf.

CHAMBERLAND L. et THÉROUX-SÉGUIN J., « Sexualité lesbienne et catégories du genre. L'hétéronormativité en milieu de travail », dans *Genre, sexualité & société*, 2009, URL : https://gss.revues.org/772.

FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *La perception de l'homosexualité chez les jeunes de 13 à 21 ans*, 2007, URL : http://www.planningsfps.be/sitecollectiondocuments/cpfenquetehomosexualite.pdf.

Être gay, ça se voit ?, Arte TV, URL : http://easycomingout.arte.tv/fr/gay-visible-invisible/cliches-femmes-lesbiennes/.

FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *Les IST, mieux vaut s'en passer que se les passer*, 2010, URL : http://www.planningsfps.be/SiteCollectionDocuments/FPS_IST_Brochure_DERNIERE%20VERSION%202_DEF.pdf.

FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, « Sida/IST : se protéger », sur *www.planningsfps.be*, http://www.planningsfps.be/activites/sida-ist/Pages/Seproteger.aspx.

TREE HUGGER, « 17 idées reçues sur l'homosexualité », sur *MadmoiZelle*, 2012, URL : http://www.madmoizelle.com/idees-recues-sur-lhomosexualite-3-88473.

15. Les hommes sont tous infidèles (pages 37–38)

BAJOS N. et BOZON M., « Transformation des comportements, immobilité des représentations. Premiers résultats de l'enquête Contexte de la sexualité en France (2006) », *Informations sociales* 8, 2007 (n°144), pp. 22-33, URL : www.cairn.info/revue-informations-sociales-2007-8-page-22.htm.

BAJOS N. et BOZON M. (dir.), *Enquête sur la sexualité en France. Pratiques, genre et santé*, Paris, 2008.

FOIS G., « Les femmes trompent-elles comme les hommes ? », dans *Psychologies (en ligne)*, 2008, URL : http://www.psychologies.com/Couple/Crises-Divorce/Infidelite/Articles-et-Dossiers/Les-femmes-trompent-elles-comme-les-hommes/4Une-liberte-qui-inquiete.

IFOP, *Enquête sur les perceptions et les comportements des français en matière d'aventures extra-conjugales. Observatoire Gleeden de l'infidélité*, 2014, URL : http://www.ifop.com/media/poll/2471-1-study_file.pdf.

IPSOS, *37% des Français en couple ont déjà été ou pourraient être infidèles*, 2010, URL : http://www.ipsos.fr/decrypter-societe/2010-11-24-37-francais-en-couple-ont-deja-ete-ou-pourraient-etre-infideles.

LELEU G., « Pourquoi l'infidélité ? », dans *Psychologies (en ligne)*, 2009, URL : http://www.psychologies.com/Couple/Crises-Divorce/Infidelite/Reponses-d-expert/Pourquoi-l-infidelite.

16. Les homos sont plus infidèles que les hétéros (pages 39–40)

COURDURIES J., « Les couples gays et la norme d'égalité conjugales », dans *Ethnologie française* 36, 2006, pp. 705-711, URL : https://www.cairn.info/article.php?ID_ARTICLE=ETHN_064_0705&DocId=35952&hits=5752+5751+5742+5701+5700+5583+5581+5555+5553+5545+5544+4381+4377+4376+4367+4361+4157+4152+4151+4146+4145+3600+3599+3166+3164+2967+2966+2925+2918+2777+2776+2535+2534+1413+1411+278+277+156+155+3+2+.

COURDURIES J., « Être en couple (gay). Conjugalité et homosexualité masculine en France », dans *Politiques sociales et familiales* 1/108, 2012, pp. 134-136, URL : http://www.persee.fr/doc/caf_2101-8081_2012_num_108_1_2697_t11_0134_0000_2?q=homosexualit%C3%A9.

GIDDENS A., *Le transformation de l'intimité*, EHESS, 2004.

LE BRETON M., « « À trois on y va » : et si le polyamour était l'avenir du couple ? », dans *Huffington Post (en ligne)*, 2015, URL : http://www.huffingtonpost.fr/2015/03/25/a-trois-on-y-va-polyamour-avenir-couple_n_6908058.html.

LERCH A., *Transparence, verbalization, silence : la gestion de l'information quant aux prises de risqué dans les couples gays multipartenaires*, ANRS, 2007.

LERCH A., « Normes amoureuses et pratiques relationnelles dans les couples gays », dans *Informations sociales* 144, 2007, pp. 108-117, URL : https://www.cairn.info/revue-informations-sociales-2007-8-page-108.htm.

17. Les homos sont plus libérés que les hétéros (pages 41–42)

Être gay, ça se voit ?, Arte TV, URL : http://easycomingout.arte.tv/fr/gay-visible-invisible/cliches-femmes-lesbiennes/.

CASTAÑEDA M., *Comprendre l'homosexualité*, Paris, 2003.

CHAMBERLAND L., *Stéréotypes et préjugés. Rapport synthèse de recherche*, 2007, URL : http://homophobie.ccdmd.qc.ca/medias/pdfs/homophobie_stereotype.pdf.

CHAMBERLAND L. et THÉROUX-SÉGUIN J., « Sexualité lesbienne et catégories du genre. L'hétéronormativité en milieu de travail », dans *Genre, sexualité & société*, 2009, URL : https://gss.revues.org/772.

FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *La perception de l'homosexualité chez les jeunes de 13 à 21 ans*, 2007, URL : http://www.planningsfps.be/sitecollectiondocuments/cpfenquetehomosexualite.pdf.

FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *Les IST, mieux vaut s'en passer que se les passer*, 2010, URL : http://www.planningsfps.be/SiteCollectionDocuments/FPS_IST_Brochure_DERNIERE%20VERSION%202_DEF.pdf.

18. Acte sexuel = Pénétration (Pages 43–44)

« 9 bonnes raisons de faire l'amour sans pénétration », sur *Trendy L'Étudiant*, 2015, URL : http://www.letudiant.fr/trendy/myself/ma-sante-ma-sexo-moi/8-bonnes-raisons-de-faire-l-amour-sans-penetration.html.

HERBIGNIAUX FR. et THAI Y., *L'affirmation de soi dans les relations amoureuses et affectives chez les jeunes. Enquête menée auprès des 13-21 ans par la Fédération des Centres de Planning familial des Femmes prévoyantes socialistes*, 2006.

INPES – SANTÉ PUBLIQUE FRANCE, *Comment faire l'amour sans pénétration ?*, URL : http://questions-ados.inpes.fr/Comment-faire-l-amour-sans-penetration.

19. Niveau sexe, c'est l'homme qui décide (Pages 45–46)

BODOC CL., « 16 mensonges sur le sexe qu'il faut arrêter d'enseigner aux garçons », sur *MadmoiZelle*, 2016, URL : http://www.madmoizelle.com/mensonges-sexe-garcons-251852.

CRIPS, « L'empreinte du genre dans la sexualité », sur *Crips, informer, prévenir, former*, URL : http://www.lecrips-idf.net/informer/dossier-thematique/dossier-genre/empreinte-genre-sexualite.htm.

IPSOS, *Sexualité : de quoi les femmes ont-elles vraiment envie ?*, 2014, URL : http://medias.psychologies.com/habillage/sondage/Rapport-Sexualites-Francaises-Mars-2014.pdf.

20. Dans une relation sexuelle, une femme a besoin de tendresse (pages 47–48)

HUBIN A., « 50 nuances de Grey a-t-il changé la sexualité des femmes », dans *DH (en ligne)*, 21 février 2016, URL : http://www.dhnet.be/lifestyle/relations/50-nuances-de-grey-a-t-il-change-la-sexualite-des-femmes-56c5873635700f74a6e226c6.

JAMES E. L., *50 nuances de Grey*, Paris, 2014.

RICHTERS J. et al., « Demographic and psychosocial features of participants in bondage and discipline, "sadomasochism" or dominance and submission (BDSM): data from a national survey », dans *The Journal of sexual medicine* 5, juillet 2008, URL : http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18331257.

SALETAN W., « Bondage, sadomasochisme, domination, soumission: est-ce dangereux ? », dans *Slate.fr*, 2013, URL : http://www.slate.fr/story/75742/sm-bdsm-bondage-domination-soumission-danger.

VAN ERPS N., « 50 nuances de Grey : la fessée des féministes », dans *Femmes Plurielles* 42, juin 2013, p. 23, URL : http://www.femmesprevoyantes.be/SiteCollectionDocuments/fp/FP-42.pdf.

21. Dans les rapports homosexuels, l'un-e « fait » la fille, l'autre le mec (pages 49–50)

Être gay, ça se voit ?, Arte TV, URL : http://easycomingout.arte.tv/fr/gay-visible-invisible/cliches-femmes-lesbiennes/.

CASTAÑEDA M., *Comprendre l'homosexualité*, Paris, 2003.

CHAMBERLAND L., *Stéréotypes et préjugés. Rapport synthèse de recherche*, 2007, URL : http://homophobie.ccdmd.qc.ca/medias/pdfs/homophobie_stereotype.pdf.

CHAMBERLAND L. et THÉROUX-SÉGUIN J., « Sexualité lesbienne et catégories du genre. L'hétéronormativité en milieu de travail », dans *Genre, sexualité & société*, 2009, URL : https://gss.revues.org/772.

CLAUDE FR., « Le genre, ce sont (surtout) des rapports sociaux », *Analyses FPS*, 2014, URL : http://www.femmesprevoyantes.be/SiteCollectionDocuments/analyses/2014/genre%20et%20justice%20sociale.pdf.

FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *La perception de l'homosexualité chez les jeunes de 13 à 21 ans*, 2007, p. 25, URL : http://www.planningsfps.be/sitecollectiondocuments/cpfenquetehomosexualite.pdf.

22. Seules les filles simulent (Pages 51–52)

ADAM G. et DUFOUR A., *Sea, Sex and Sun*, Paris, 2003.

INSERM, CNRS et INED, *Analyse des comportements sexuels en France (ACSF)*, Paris, 1992.

VAN IMPE L., « Les hommes simulent plus que les femmes », dans *7sur7 (en ligne)*, 2016, URL : http://www.7sur7.be/7s7/fr/1520/Sexe-Relations/article/detail/2679611/2016/04/18/Les-hommes-simulent-plus-que-les-femmes.dhtml.

SOLANO C., « Sexualité : les hommes simulent aussi », sur *E-Santé (en ligne)*, 2003, URL : http://www.e-sante.fr/sexualite-hommes-simulent-aussi/actualite/1654.

23. Rapport sexuel réussi = orgasme mutuel (Pages 53–54)

« 8 femmes sur 10 ont du mal à atteindre l'orgasme », sur *Medisite*, 2014, URL : http://www.medisite.fr/a-la-une-8-femmes-sur-10-ont-du-mal-a-atteindre-lorgasme.751533.2035.html.

« Orgasme », dans *Le Larousse (en ligne)*, URL : http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/orgasme/56448.

BACOUËL A., « *Orgasme : stimulez votre prostate ! L'éjaculation n'est pas la seule source de plaisir* », dans *L'Obs Le Plus (en ligne)*, 2015, URL : http://leplus.nouvelobs.com/contribution/1410380-orgasme-stimulez-votre-prostate-l-ejaculation-n-est-pas-la-seule-source-de-plaisir.html.

COLSON M.-H. et LEMAIR A., « Les points cardinaux de la sexualité. Enquête sur la sexualité des Français en 2004 », dans *Médecine sexuelle* 1, 2006, URL : http://www.sfms.fr/prod/data/bulletins/medecinesexuelle01.pdf#page=24.

IFOP, *Les Françaises et l'orgasme. Enquête publiée à l'occasion de la journée mondiale de l'orgasme*, 2014, URL : http://www.ifop.com/media/poll/2886-1-study_file.pdf.

INPES – SANTÉ PUBLIQUE FRANCE, *C'est quoi le plaisir sexuel ?*, URL : http://questions-ados.inpes.fr/C-est-quoi-le-plaisir-sexuel.

MATEUS CHR., « Plaisir féminin : halte aux idées reçues », dans *Le Parisien (en ligne)*, 2016, URL : http://www.leparisien.fr/laparisienne/sante/plaisir-feminin-halte-aux-idees-recues-04-07-2016-5937743.php#xtref=https%3A%2F%2Fwww.google.nl%2F.

PRÉVENTION SANTÉ, *Le plaisir, avec ou sans orgasme ?*, URL : http://www.prevention-sante.eu/actus/le-plaisir-avec-ou-sans-orgasme.

24. Un vrai orgasme est provoqué par la pénétration vaginale (pages 55–56)

BRENOT P., *Le journal d'Arthur et Chloé : L'amour et la sexualité expliqués aux ados*, Paris, 2004, URL : https://books.google.be/books?id=VNEq02TcBjgC&pg=PA118&lpg=PA118&dq=orgasme+est+personnel&source=bl&ots=wxHs0S5-ZM&sig=nGAenvcJMUQr4LPoQQNjujcR9P0&hl=fr&sa=X&ved=0ahUKEwiPmY7msP3OAhWBchoKHQ4SBUEQ6AEIMDAD#v=onepage&q=orgasme%20est%20personnel&f=false.

FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *Virgini-Dé, Une brochure-outil sur la virginité*, 2009, URL : http://www.planningsfps.be/sitecollectiondocuments/cpfbrochurevirginite.pdf.

FEMMES PRÉVOYANTES SOCIALISTES EN COLLABORATION AVEC LA FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *À la recherche du plaisir : Petit guide pour découvrir le clitoris*, URL : https://issuu.com/socmut/docs/a-la-recherche-du-plaisir?e=1072458/7505490.

FEMMES PRÉVOYANTES SOCIALISTES, *Le clitoris, anatomie d'une polémique*, 2011, URL : http://www.femmesprevoyantes.be/SiteCollectionDocuments/Compte-rendu.pdf.

GILLET J., « *Le plaisir féminin : tabou de société ?* », *Études FPS*, 2011, URL : http://www.femmesprevoyantes.be/outils-publication/etudes/Sexualite-corps/Pages/Leplaisirfeminin.aspx.

SCHULLERS J., « *Positions sexuelles : la pénétration sinon rien* », dans *Nouvel Obs Le Plus (en ligne)*, 2011, URL : http://leplus.nouvelobs.com/contribution/185268-positions-sexuelles-stop-a-la-toute-puissance-de-la-penetration.html.

25. Une fille en mini-jupe a envie d'avoir un rapport sexuel (pages 57–58)

CLAUDE FR., « La culture du viol, ou l'autorisation tacite de violer », *Analyses FPS*, 2015, URL : http://www.femmesprevoyantes.be/SiteCollectionDocuments/analyses/2015/culture-du-viol.pdf.

FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *Le petit guide illustré du respect dans la rue (ou ailleurs)*, 2014, disponible en ligne : http://www.planningsfps.be/SiteCollectionDocuments/Petit%20guide_Janvier.pdf.

FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, « Le harcèlement sexuel », sur *www.infoviolencessexuelles.be*, 2016.

26. Quand une femme dit « non », elle veut en réalité dire « oui » (pages 59–60)

CLAUDE FR., « La culture du viol, ou l'autorisation tacite de violer », *Analyses FPS*, 2015, URL : http://www.femmesprevoyantes.be/SiteCollectionDocuments/analyses/2015/culture-du-viol.pdf.

FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, « Le viol conjugal », sur *www.infoviolencessexuelles.be*, 2016.

HARRUS-REVIDI G., *Séduction : la fin d'un mythe*, Paris, 2007.

LERICHE A., « Petite histoire du viol conjugal et de la honte », dans *Le Sociographe* 27, 2008, URL : https://www.cairn.info/revue-le-sociographe-2008-3-page-85.htm.

MELISSA, « J'ai été victime de viol conjugal », sur *MadmoiZelle (en ligne)*, 2014, URL : http://www.madmoizelle.com/victime-viol-conjugal-temoignage-259893.

RAMBERT M., « Stop au viol conjugal », dans *Psychologies (en ligne)*, 2011, URL : http://www.psychologies.com/Planete/Societe/L-actu-decryptee/Articles-et-dossiers/Stop-au-viol-conjugal.

27. Les filles ne se masturbent pas (pages 61–62)

« La masturbation : pur plaisir ou culpabilité ? », sur *Passion Santé (en ligne)*, 2016, URL : http://www.passionsante.be/index.cfm?fuseaction=art&art_id=21680.

« La masturbation, source de plaisir », sur *RTBF (en ligne)*, URL : http://www.rtbf.be/auvio/detail_la-masturbation-source-de-plaisir?id=1563243.

« Santé sexuelle – masturbation », sur *Masexualite*.ca, URL : http://www.masexualite.ca/fr/sexual-health/what_is_masturbation.

BACOUËL A., « Se masturber quand on est en couple ? C'est aussi synonyme d'une sexualité épanouissante », dans *L'Obs Le Plus (en ligne)*, 2015, URL : http://leplus.nouvelobs.com/contribution/1318681-se-masturber-quand-on-est-en-couple-c-est-aussi-synonyme-d-une-sexualite-epanouissante.html.

INSERM, ANRS et INED, *Dossier de presse. Premiers résultats de l'enquête CSF « Contexte de la sexualité en France »*, 2007, URL : https://www.ined.fr/fichier/rte/2/Publications/Autres/CSF-dossierdepresse0307.pdf.

PELLETIER E., « Idée reçue : la masturbation rend sourd », dans *Top Santé (en ligne)*, 2015, URL : http://www.topsante.com/couple-et-sexualite/sexualite/pratiques-sexuelles/idee-recue-la-masturbation-rend-sourd-248087.

28. Seuls les hommes regardent du porno (pages 63–64)

HIBO S., « Porno et féminisme, l'équation impossible ? », *Analyses FPS*, 2014, p. 2, URL : http://www.femmesprevoyantes.be/SiteCollectionDocuments/analyses/2014/porno.pdf.

IFOP, *Les Français, les femmes et les films X. Enquête sur les pratiques et les goûts des femmes en matière de films pornographiques*, 2012, URL : http://www.ifop.com/media/poll/2057-1-study_file.pdf.

INSERM, CNRS et INED, *Analyse des comportements sexuels en France (ACSF)*, Paris, 1992.

IRGACHEVA S., *Regards féminins dans la pornographie : la réappropriation de la représentation pornographique, le féminisme pro-sexe, le postporn au prisme des études de genre*, Mémoire de fin d'études, 2012, p. 131.

LEBUYSSON BR., « Pourquoi regarde-t-on du porno ? », sur *MadmoiZelle*, 2012, URL : http://www.madmoizelle.com/pourquoi-regarder-porno-113119.

29. Si tu ne mouilles pas ou que tu ne bandes pas, c'est que tu n'as pas envie (pages 65–66)

« Erectil Dysfunction May Affect 1 in 4 Men under 40 Seeking Treatment, Study Suggests », dans *Huffington Post (en ligne)*, 2013, URL : http://www.huffingtonpost.com/2013/06/11/erectile-dysfunction-young-men-age-40-younger_n_3405085.html.

BAJOS N. et BOZON M. (dir.), *Enquête sur la sexualité en France. Pratiques, genre et santé*, Paris, 2008.

INSERM, ANRS et INED, *Dossier de presse. Premiers résultats de l'enquête CSF « Contexte de la sexualité en France »*, 2007, URL : https://www.ined.fr/fichier/rte/2/Publications/Autres/CSF-dossierdepresse0307.pdf.

LE QUELLEC E., « 10 idées reçues qu'ils ont sur nous et comment les combattre », sur *Au Féminin (en ligne)*, 2009, URL : http://www.aufeminin.com/comprendre-les-hommes/idees-recues-idees-recues-sur-les-femmes-d7159.html.

PEHLIVANIAN L., « 10 idées reçues sur les troubles de l'érection », dans *Journal des Femmes (en ligne)*, 2012, URL : http://sante.journaldesfemmes.com/genital-urinaire/idees-recues-troubles-de-l-erection/.

TORDJMAN D., « Ne pas confondre désir et érection », sur *Doctissimo*, 2009, URL : http://www.doctissimo.fr/html/dossiers/troubles_erectiles/articles/13625-desir-erection.htm.

30. Les femmes deviennent lesbiennes parce qu'elles ne plaisent pas aux hommes (pages 67–68)

« La femme bisexuelle : étape, transition ou orientation stable ? », sur *Psychomedia (en ligne)*, 2008, URL : http://www.psychomedia.qc.ca/sexualite/2008-01-16/la-femme-bisexuelle-etape-transition-ou-orientation-stable.

« Contrairement aux hommes, l'homosexualité féminine s'expliquerait davantage par des facteurs sociaux que génétiques », sur *Atlantico (en ligne)*, 2012, URL : http://www.atlantico.fr/decryptage/certaines-femmes-sont-lesbiennes-facteurs-genetiques-sociaux-homosexualite-homosexuelles-innee-acquis-gays-gay-pride-pierre-397204.html.

DIAMOND L. *Sexual Fluidity : Understanding women-s love and desire*, Academic Trade, 2010.

MICHEL G., « L'orientation sexuelle des femmes peut changer avec l'âge », sur *Bisexuelle*, 2011, URL : http://www.bisexuelle.org/actualites/psychologie-et-etudes/4267-lorientation-sexuelle-des-femmes-peut-changer-avec-lage.

TREE HUGGER, « 17 idées reçues sur l'homosexualité », sur *MadmoiZelle*, 2012, URL : http://www.madmoizelle.com/idees-recues-sur-lhomosexualite-3-88473.

31. La taille du pénis, c'est super important (pages 69–71)

« Taille du pénis, une obsession ? », dans *Vie sa vie*, http://www.viesavie.com/question/taille-du-penis-une-obsession/.

DE SUTTER P., « Taille du pénis : mais pourquoi ça nous préoccupe autant ? », dans *Atlantico*, URL : http://www.atlantico.fr/decryptage/taille-penis-mais-pourquoi-preoccupe-autant-pascal-sutter-500355.html/page/0/1.

L'OBS AVEC AFP, « Quelle est la taille 'normale' du pénis ? », dans *L'OBS en ligne*, URL : http://tempsreel.nouvelobs.com/sante/20150303.OBS3700/quel-est-la-taille-normale-d-un-penis.html.

MAZELIN SALVI FL., « La taille du pénis, fantasme d'homme ou de femme ? », dans *Psychologies en ligne*, URL : http://www.psychologies.com/Couple/Sexualite/Desir/Articles-et-Dossiers/La-taille-du-penis-fantasme-d-homme-ou-de-femme.

PULL H., « La taille du sexe, l'obsession masculine », dans *Psychiatrissimo*, URL : http://www.psychiatrissimo.com/la-taille-du-sexe-lobsession-masculine/.

32. La capote, c'est la responsabilité des mecs, la pilule celle des filles (pages 73–74)

BODOC CL., « 16 mensonges sur le sexe qu'il faut arrêter d'enseigner aux garçons », sur *MadmoiZelle*, 2016, URL : http://www.madmoizelle.com/mensonges-sexe-garcons-251852.

FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *La contraception*, 2015, URL : http://www.planningsfps.be/federation/publications/Pages/Nos%20brochures.aspx.

FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL DES FPS, *Virgini-Dé, Une brochure-outil sur la virginité*, 2009, URL : http://www.planningsfps.be/SiteCollectionDocuments/VirgiBrochure.pdf.

HERBIGNIAUX FR. et THAI Y., *L'affirmation de soi dans les relations amoureuses et affectives chez les jeunes. Enquête menée auprès des 13-21 ans par la Fédération des Centres de Planning familial des Femmes prévoyantes socialistes*, 2006.

Ce projet est une initiative de

LA FÉDÉRATION DES CENTRES DE PLANNING FAMILIAL

DES FEMMES PRÉVOYANTES SOCIALISTES

Place Saint-Jean, 1-2

1000 Bruxelles

Tél. 02/515.17.68

cpf@solidaris.be

CONTACT PRESSE :

Eloïse MALCOURANT

Chargée de communication et responsable éducation permanente

Tél. 02/515.17.68

eloise.malcourant@solidaris.be

www.planningsfps.be

www.memepasvrai.be